SAVEURS 304

SEPM TOP ventes

SAVEURS

LE MAGAZINE DE L'ART DE VIVRE GOURMAND / NUMÉRO 304 / MAI 2024 / 5,50 €

62 RECETTES INÉDITES

CREVETTES
ON LES AIME EN BROCHETTES, EN CURRY, PANÉES...

TENDANCE FOCACCIAS
Elles font croustiller nos apéritifs !

Orloff, Wellington, basse température...

LES RÔTIS SORTENT LE GRAND JEU !

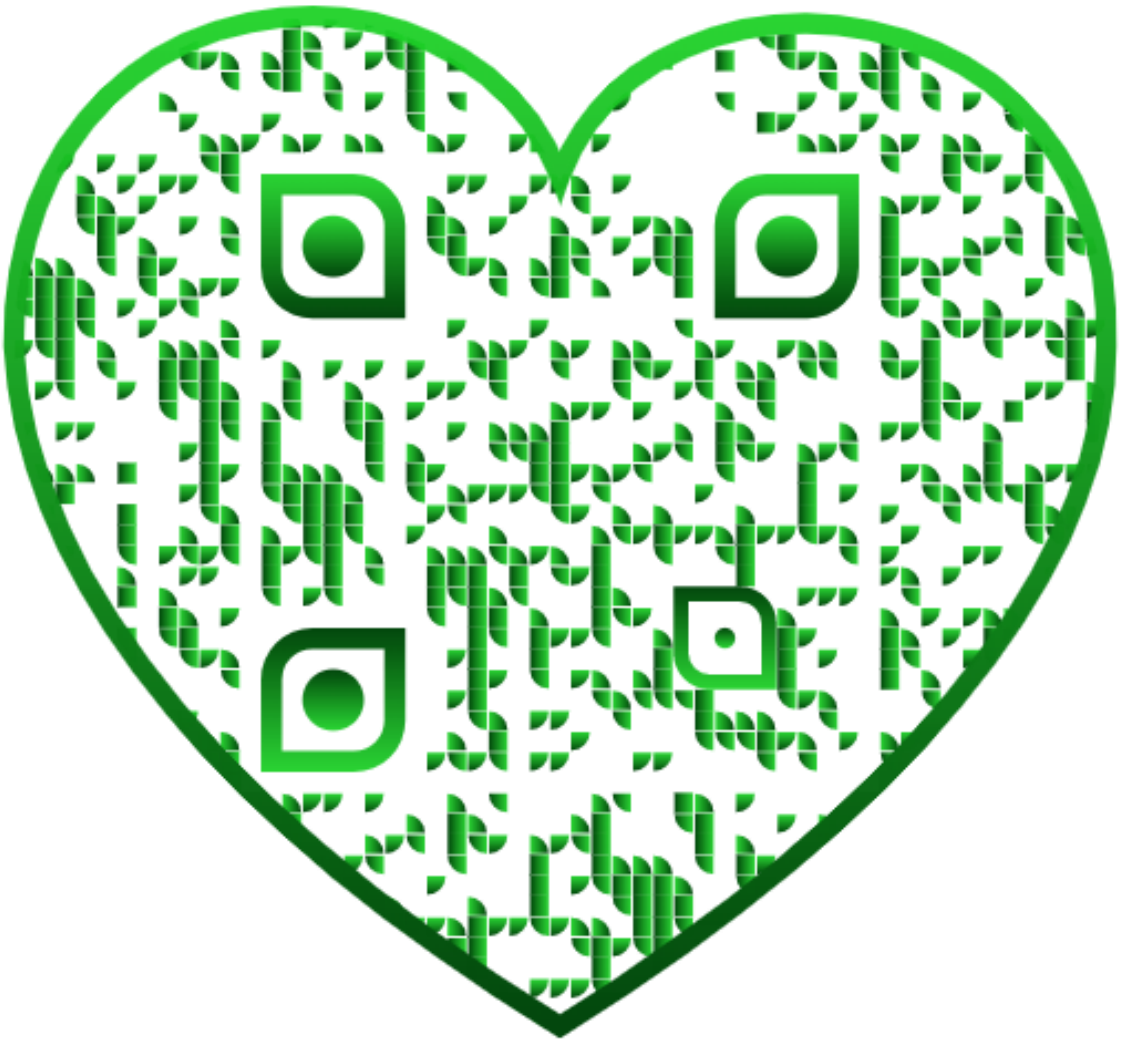
CHAMPAGNES
NOTRE SÉLECTION POUR LES FÊTES DE PRINTEMPS

LISBONNE
Gastronomie d'une ville au bord de l'eau

CÂPRES
Détournez-les dans des recettes originales

L 14964 - 304 - F: 5,50 € - RD
BurdaBleu

CREVETTE - RÔTI - BLANQUETTE DE VEAU - FENOUIL - FOCACCIA - LISBONNE
Bel./Lux.: 6,80 € - Esp./It./Grèce/Port.(cont.): 6,50 € - Suisse: 9,90 CHF - All.: 7,50 € - Can.: 10,50 $CAD - USA: 10,50 $US - Maroc: 67 MAD - Japon: 5,50 € - DOM/S: 6,50 € - DOM/A: 8,50 € - TOM/S: 1000 XPF - TOM/A: 1750 XPF
L 14964 - 304 - 5,50 €



nouveau

CRÉATION ÉPHÉMÈRE N°5

Un trésor gustatif rare issu de grains
Arabica Bourbon du Rwanda

L'OR SANS DOUTE LE MEILLEUR CAFÉ DU MONDE

JACOBS DOUWE EGBERTS FR SAS | 30 BIS, RUE DE PARADIS, 75010 PARIS, FRANCE, 810 029 413 RCS PARIS | SAS AU CAPITAL DE 16 594 157,70 EU ROS.

DES SPÉCIALITÉS AUX **ORIGINES CROUSTILLANTES**

Bouchées à la reine, carpaccio… Vous êtes-vous déjà demandé d'où venaient les noms de ces grands classiques ? Personnellement, j'adore découvrir les anecdotes qui se cachent derrière. Prenons le cas des bouchées à la reine. Marie Leszczynska, épouse de Louis XV, cherche un moyen de retrouver les faveurs de son mari qui la délaisse pour sa rivale, Madame de Pompadour. Avec son maître queux, elle imagine une série de recettes qu'elle nomme « à la reine ». Parmi elles, les fameuses bouchées cumulent les ingrédients supposément aphrodisiaques : ris de veau, crêtes et rognons de coq, animelles, truffe…, le tout dans une coque de pâte feuilletée. Création à laquelle répondit Madame de Pompadour en faisant réaliser un « puits d'amour », sur la base d'une même coque de pâte croustillante, mais garnie de confiture de fruits (qui évoluera en crème pâtissière dans les recettes modernes). Le carpaccio, lui, fut inventé à Venise, au Harry's Bar. Une comtesse ne peut manger de viande cuite ? Qu'à cela ne tienne, le chef lui prépare une assiette de bœuf cru. À cette époque, Venise accueille une exposition du peintre Vittore Carpaccio, réputé pour les tons rouges flamboyants de ses toiles… Le plat est baptisé.

Quant aux rôtis Orloff et Wellington que vous trouverez dans notre dossier, pages 33 et 34, le nom du premier laisse penser qu'il est né en Russie, mais c'est en… Seine-et-Marne, au château de Bellefontaine, qu'il fut imaginé en l'honneur du prince Orloff venu rendre visite à son fils. Le second rend hommage au duc de Wellington, vainqueur de la bataille de Waterloo contre Napoléon Ier. Gastronomie et histoire ne sont finalement jamais très éloignées, et leurs liens me passionnent. Pizza Margherita, frangipane, croque-monsieur, tournedos Rossini… eux aussi cachent des secrets. Nous vous les raconterons au fil des occasions. En attendant, bonne lecture !

Carole Garnier
Directrice de la rédaction

NOS ENGAGEMENTS ÉDITORIAUX

Plus de 90 % des recettes de chaque numéro de *Saveurs* sont totalement inédites, réalisées pour vous !

Notre ADN : suivre le rythme des saisons, capter les dernières tendances culinaires, découvrir les ingrédients en vogue… afin de toujours explorer de nouveaux goûts et horizons, et que vous ne fassiez jamais deux fois la même recette !

Notre secret : une équipe de passionnés. Des chefs invités, des auteurs culinaires (ex-restaurateurs, titulaires de CAP cuisine et pâtisserie…) qui imaginent des chefs-d'œuvre de gourmandise, des assistants qui veillent au grain, des photographes en quête de la meilleure lumière pour sublimer ces créations, des journalistes œnophiles qui composent les accords mets et vins… Plus de 20 personnes s'y attellent pour chaque numéro !

Notre promesse, c'est aussi de vous offrir un beau magazine que vous aurez envie de conserver et de relire, avec un papier de qualité (et recyclé pour partie !) et un format généreux pour vous donner l'envie de réaliser nos recettes !

Merci pour votre fidélité, et de nous permettre de continuer à vous proposer un contenu de qualité.

SOMMAIRE

SAVEURS N° 304 Mai 2024

AMUSE-BOUCHES

News p. 6 **Restos et bistrots** p. 10
Livres à croquer p. 12 **Innovations** p. 14
Art de vivre p. 16

SAVEURS À PARTAGER

18 **MENUS DE SAISON**
Sur nos tables de mai. Six recettes pour composer des repas sur mesure.

26 **GOURMET** EN COUVERTURE
Le rôti. Ce plat emblématique a encore de beaux jours devant lui !

36 **FLACONS CHOISIS**
Champagnes de printemps. Nos 28 coups de cœur pour fêter le retour des beaux jours.

42 **PORTRAIT DE VIGNERON**
Jonathan Garnier. À la découverte de l'appellation Coteaux du Lyonnais, avec l'un de ses rares producteurs.

46 **CHEZ MON POISSONNIER**
EN COUVERTURE
La crevette. Cinq recettes et des conseils pour mettre en saveurs ce crustacé.

52 **L'ATELIER DU PAIN**
Pão de queijo. Des petits pains brésiliens dont on ne fait qu'une bouchée.

54 **VERSION TRADI, VERSION CHEF**
La blanquette de veau. Classique ou revisitée, à vous de choisir !

58 **LE DESSERT DU DIMANCHE**
Gâteau basque à la rhubarbe et aux pommes.

60 **EN PRATIQUE** EN COUVERTURE
Les focaccias. Entre le pain et la pizza, elles font l'unanimité !

Prochain numéro en kiosque le 31 mai.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

SAVEURS DE CHEF

66 **PORTRAIT DE TALENT**
Enrique Casarrubias. Ce chef mexicain installé à Paris est devenu l'ambassadeur d'une cuisine métissée.

70 **GESTES DE PRO**
Le fenouil. Tours de main et recettes pour profiter de ses saveurs fraîches et anisées.

SAVEURS DU MARCHÉ

74 **CHEZ MON PRIMEUR**
Dans ma cagette, il y a des artichauts poivrade, des épinards, des navets, des petits pois et de la rhubarbe.

78 **NI VIANDE NI POISSON**
La purée d'amandes. Elle se glisse dans toutes sortes de préparations, pour notre plus grand bien.

84 **ALIMENTATION DURABLE**
Le steak. À l'heure où l'élevage est souvent pointé du doigt, la solution ne serait-elle pas, une fois de plus, de consommer moins, mais mieux ?

SAVEURS D'ICI

88 **LE HAUT DU PANIER**
La charcuterie Cottereau. À Amboise, Maxime Cottereau propose des charcuteries d'exception.

92 **ZOOM**
L'ortie. Apprenez à la cuisiner, en toute sérénité…

SAVEURS D'AILLEURS

98 **VOYAGER** EN COUVERTURE
Lisbonne. La capitale portugaise se révèle toujours aussi séduisante, entre tradition et modernité.

108 **L'ITALIE DE LAURA**
Pique-nique à l'italienne. Cinq recettes pour ensoleiller les premiers déjeuners sur l'herbe.

114 **ZOOM** EN COUVERTURE
Les câpres. Mettez un grain de fantaisie dans vos assiettes !

118 **L'ASIE D'ORATHAY**
Curry de canette à l'ananas.

GARNITURES

Nos offres d'abonnement p. 87 et 97
Index des recettes du numéro p. 121
Carnet d'adresses p. 122

NEWS SAVEURS

Par **Carole Garnier.**

Finis les fils électriques en cuisine, grâce à une batterie amovible qui s'adapte à six ustensiles différents.

Petit électroménager sans fil

Qui n'a jamais pesté contre une prise électrique trop éloignée de son batteur à œufs, ou contre un fil qui plonge dans une préparation ? Grâce à une batterie amovible (et compatible sur tous les ustensiles de la gamme), la collection KitchenAid Go propose 6 appareils sans fil : mixeur plongeant, batteur à main, hachoir multifonction, blender personnel, broyeur à café et aspirateur à main.

KitchenAid Go, KitchenAid, de 149 € (sans batterie) à 179 € (avec batterie). En magasin spécialisé.

Des ustensiles de cuisine qui vous suivent partout !

© Photos DR

Recettes et savoir-faire du terroir

La gamme À table en France met à l'honneur des spécialités typiques et gourmandes de nos régions : galettes bretonnes de blé noir, truite fumée d'Aquitaine, lentilles vertes du Centre-Val de Loire, chaource AOP, fourme d'Ambert AOP, jambon de Bayonne IGP, spaetzle aux 7 œufs frais… 177 produits à petit prix pour beaucoup de saveurs !

Gamme À table en France, Auchan.

© Trachez Christophe

Nouveau !

Découvrez l'application Saveurs : Recettes de Saison

À chaque numéro, vous pourrez désormais scanner un QR code avec l'appareil photo de votre smartphone (ou sa fonction « Scanner un QR code ») pour télécharger l'application « Saveurs : Recettes de Saison » (dans l'App Store ou le Google Play Store). **Vous y découvrirez plus de 10 000 recettes :** une base indispensable pour imaginer tous vos menus !

NAPOLEON

PREMIUM BBQs

Barbecues charbon de bois : choisissez la qualité Napoleon

- Existe en 47 & 57cm, en version Premium ou PRO
- Nombreux accessoires compatibles : plancha, rôtissoire, pierre à pizza
- Pensez aux combustibles : charbon de bois, briquettes, copeaux de fumage

Napoleon, entreprise familiale canadienne depuis 1976 Retrouvez la gamme Napoleon complète chez vos revendeurs !

#RAVIVEZLAFLAMME

Barbecues Napoleon France Barbecuesnapoleon napoleon.com/fr Barbecuesnapoleonfrance

NEWS SAVEURS

Par **Carole Garnier.**

Des condiments parfumés

Grâce à une technique brevetée et déposée par la marque, qui permet de cristalliser des herbes et des bulbes d'aromates à l'intérieur même du sel, l'assaisonnement se réinvente ! Et grâce à une forte proportion d'aromates (entre 65 et 80 %), les saveurs sont au rendez-vous. Quatre références : oignon rouge, ail et ciboulette, échalote, thym et romarin.

Jardins intenses, Le Guérandais, 4,09 €. En grande surface.

Moins de sel, mais plus de saveurs, grâce à cette nouvelle gamme de sel aux aromates !

Des verres délicats pour fêter l'été

Avec son style vintage, cette collection de verres sera parfaite pour les apéritifs de l'été, les rosés servis très frais et autres vins légers. Le cristal Tritan® garantit une brillance unique et une résistance au lave-vaisselle. Quatre formes de verres à vin : bordeaux, bourgogne, vin blanc et champagne.

Collection Prizma, Zwiesel, le coffret de 2 verres, 25,90 €. En magasin spécialisé.

Mini-format, maxi-coupe

Grâce à son fameux crantage dit « demi-lune », développé par Jean Déglon dans les années 1930, ce couteau tranche tous les petits pains et baguettes, tout en protégeant la lame du contact direct avec le plan de découpe. Lame 15 cm, manche en olivier résistant à l'humidité. Garantie à vie.

Couteau à petit pain et baguette, Déglon, 50,18 €. Sur le site de la marque et en magasin spécialisé.

© Photos DR

Nectar subtil

Faiblement alcoolisé (4,5°), cet hydromel est issu de la fermentation de miel de litchi de la Compagnie du Miel, une coopérative malgache qui produit un miel écoresponsable. Avec un nez de pêche blanche, litchi et fleurs blanches, et une délicate intensité aromatique, il se déguste à l'apéritif, en cocktail ou pourquoi pas en accompagnement d'un fromage typé, comme un munster !

Hydromel Fleurs de Litchi, Bulles de Ruche, 13 €. Dans certains grands magasins parisiens et sur la boutique en ligne.

© Yellow images

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES P. 122

Découvrez le brocoli Bimi®

1. Le Bimi® est un légume qui se marie à la perfection avec toutes les saveurs !
2. Rapide et facile à cuisiner, le Bimi® cuit en quelques minutes, qu'il soit à la vapeur, à l'eau, rôti, ou encore frit !
3. Riche en vitamines antioxydantes (vitamines A, C et E) il est l'allié santé par excellence !
4. Le Bimi® peut être dégusté de la tige aux fleurettes, zéro déchets, il demande peu de préparation ! C'est le légume croquant, doux et surprenant qu'on adore.

Pâtes au brocoli Bimi® et citron

5 minutes / 2 personnes

Ingrédients

200 g de brocolis Bimi®
250 g de spaghettis
1 verre de tomates séchées
1 citron

Préparation

1. Faire cuire les spaghettis.
2. Faire cuire les brocolis Bimi® dans une poêle avec un peu d'huile pendant 2 minutes.
3. Ajoutez les tomates séchées en petits morceaux et l'ail finement haché. Salez et poivrez. Faire revenir environ 8 minutes.
4. Ajoutez dans la poêle le zeste et 1 c. à s. de jus de citron ainsi que 8 c. à s. d'eau de cuisson des pâtes et portez à ébullition.
5. Ajoutez les spaghettis cuits et parsemez de feta, parmesan ou mozzarella. C'est prêt !

GOURMETS DE FRANCE APPROUVÉ

LA NOTE DU JURY 4.4/5

Bimi

Du brocoli mais en mieux

Bimi® est disponible sur la France chez Leclerc, Carrefour, Cora, Monoprix, Super U & Intermarche. En région Parisienne ? Retrouvez également Bimi® et sur les plateformes de livraison rapide Frichti et La Belle Vie.

bimibrocoli.fr

RESTOS ET BISTROTS

COUP DE CŒUR

Chef en résidence

REIMS. Quand Mumm réunit la crème de l'avant-garde des chefs avec le Meilleur Sommelier du Monde, les *pairings* (associations plat + vin) volent très haut. Chaque saison, à La Table des Chefs, la mythique marque de champagne invite un chef à proposer sa vision de la cuisine dans cet hôtel particulier de charme. Tom Meyer est aux manettes jusqu'au 29 juin. Meilleur Ouvrier de France (à 29 ans !) et chef étoilé de son restaurant parisien Granite, élève puis bras droit d'Anne-Sophie Pic, il conjugue ici son génie à celui de Raimonds Tomsons, Meilleur Sommelier du Monde 2023. La langoustine aux bourgeons de cassis, l'asperge au sabayon de noisette et lavande, l'omble chevalier sapin-genièvre, la volaille fermière aux morilles et reine-des-prés, le dessert au chocolat et poivre vert… un tourbillon de saveurs d'exception ! On peut ensuite enchaîner avec une visite des caves Mumm (25 kilomètres quand même !). **Anne Dufour**

La Table des Chefs, 51100 Reims. Ouvert le lundi midi, puis du jeudi midi au samedi soir. Menu déjeuner 55 € (95 € avec accords vins), menu 4 temps 75 € (135 € avec accords vins), menu 6 temps 115 € (210 € avec accords vins).

DR

Tom Meyer, MOF et jeune chef étoilé, est en résidence, jusqu'au 29 juin prochain, dans le restaurant rémois de la prestigieuse maison Mumm.

© thetravelbudsstudio

Une cuisine coréenne typique dans un cadre épuré

Escapade à Séoul

PARIS. À deux pas de la gare Montparnasse, on a plutôt l'habitude de crêperies et brasseries. Voici désormais de quoi voyager en Corée le temps d'une correspondance. Dans un cadre épuré, on déguste des plats présentés selon la tradition des *bansangs,* sur un plateau, avec l'assiette principale entourée de plusieurs petits accompagnements et de riz : *bibimbap* au bœuf, riz sauté au *kimchi* et aux crevettes ou au bœuf *(kimchi bokumbab)*, riz recouvert de porc sauté *(deopbab)*… Pour finir, on s'offre un *mochi* châtaigne ou une crème brûlée au matcha. À l'origine de l'ouverture, Linda Lee, experte de la cuisine coréenne et fondatrice de six restaurants coréens réputés outre-Manche. Le nouveau bon plan du quartier ! **Carole Garnier**

Misu, 75015 Paris. Du lundi au samedi de 11 h 30 à 14 h 30 et de 18 h à 22 h. Entrées de 9 à 14 €, plats de 19 à 22 €.

Équilibre

BORDEAUX. Le Meilleur Ouvrier de France Jean-Luc Rocha a ouvert son restaurant à la lisière de Bordeaux. L'assiette est le reflet de sa personnalité chaleureuse. Avec des plats qui fleurent bon le repas dominical, comme le canard à l'orange, confit, effiloché et cuit dans un jus de clémentine, ou des classiques de la cuisine française à l'instar du lièvre à la royale, exécutés avec une technique irréprochable. Pas étonnant, il a fait l'essentiel de sa carrière dans des étoilés et a conservé, après son départ, les deux macarons décrochés par Thierry Marx à Cordeillan-Bages. Si l'œuf coulant inaugure chacun de ses menus, la mousse légère de fromage affiné, déclinée avec du gouda, de la mimolette, du comté ou du brebis, les clôt systématiquement. À moins de ne préférer un crémeux au chocolat noir, sans sucres ajoutés. Car ici gourmandise rime aussi avec équilibre. **Patricia Marini**

Ro'cha, 33110 Le Bouscat. Du lundi au vendredi midi et soir (sauf mercredi soir). Menus : 37 € (midi), 58 €, 77 € (5 plats).

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES P. 122

Reblochon

Si savoureux, si onctueux... en toute saison !

Bruschetta au Reblochon

Une AOP depuis 1958 Appellation d'Origine Protégée, sa qualité est contrôlée à chaque étape : c'est un gage de sécurité !
Une fabrication rigoureuse issue du lait de trois races de vaches (Abondance, Montbéliarde et Tarine), à l'alimentation naturelle : les pâturages de nos montagnes des Savoie!
Un fromage au lait cru et peu gras réputé pour sa texture onctueuse, ses arômes parfumés et ses qualités nutritionnelles (source de calcium et de vitamines et uniquement 27 % de matière grasse).

REBLOCHON DE SAVOIE

Toutes nos recettes sur www.reblochon.fr

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. WWW.MANGERBOUGER.FR

Conception : clairdelune.fr – Photos © SIR

LIVRES À CROQUER

Par **Lorenne Korr.**

CASSE-CROÛTE TOUT EN FINESSE

COUP DE CŒUR

« Aujourd'hui, c'est avec une grande joie que nous voulons faire connaître ce snack nippon millénaire au plus grand nombre. »

Une fois la prononciation de son nom acquise (« oniguili »), on découvre une boulette de riz à la forme triangulaire et le plus souvent enveloppée d'une feuille d'algue nori, bien pratique pour que le riz ne colle pas aux doigts. Car cette bouchée est bien destinée à être consommée sur le pouce, voire en déplacement. À l'intérieur, une garniture, simple ou très élaborée. Ce livre est une ode à cet en-cas sain, économique, pratique et revigorant. Les auteurs vouent un culte à cette *soul food,* le terme utilisé au Japon pour décrire cette boule de riz « qui remplit le corps et l'esprit d'énergie ». Leurs recettes donnent envie. Et si vous ne croyez que ce que vous goûtez, filez rue de Budapest, à Paris, où les auteurs confectionnent ces pépites avec amour et à la demande.

Onigiri, boules de riz japonaises garnies, *Ai Watanabe et Samuel Trifot, photos Akiko Ida, éd. First, 12,95 €. Mars 2024.*

ASTUCES DE CHIMISTE

« Une erreur est juste une belle opportunité de faire autrement : on rattrape, on modifie et on transforme. »

Attention, ouvrage de référence. De ceux que l'on garde à portée de main en cuisine, comme une trousse de secours. Tout commence par un diagnostic : la mousse au chocolat colle, le côté mousseux n'est pas au rendez-vous. Vient alors le traitement : la « rattraper » en la mixant et la faire mousser à l'aide d'un siphon. Peine perdue ? Direction le recyclage, comme base pour un gâteau moelleux ou pour un *mug cake* choco ultra-gourmand. Des blancs d'œufs en neige tristement affaissés ? Un coup de fouet et ça repart ! Donner un second souffle à un soufflé raplapla, ou pas ? Sous ses airs de « trucs et astuces », ce livre va bien plus loin. Tout y est passé au chinois : les idées reçues qui ne fonctionnent pas, comment compenser un plat trop salé, les bons gestes, les recettes inratables, la cuisson des viandes et poissons… et des annexes indispensables pour voir en un clin d'œil comment rebondir grâce aux équivalences. Rien ne se perd, tout se transforme comme par magie, ou plutôt comme par chimie !

C'est raté et alors ?, *Raphaël Haumont, éditions Flammarion, 15 €. Avril 2024.*

VOYAGE CULINAIRE

« L'objectif de ce livre est d'offrir le meilleur de la cuisine espagnole d'une manière simple, facile (…) et contemporaine. »

1 080 recettes ! Autrement dit, une anthologie. Foison de tapas (bâtonnets de gruyère panés et frits, petits choux garnis de foie gras et croquettes à la morue nous ont fait particulièrement saliver), sauces, soupes (au poulet, aux nouilles), riz (incontournable paëlla dans une version simplifiée), légumes secs, pomme de terre conjuguée à toutes les sauces, pâtes, raviolis, légumes, œufs (festival de tortillas), viandes, volailles, gibiers, terrines et pâtés, abats… on en oublie, c'est sûr, tant l'ouvrage est riche ! Tout repas se terminant sur une note sucrée, déballage de gourmandises avec des churros, gâteau à l'orange, baba au rhum, crèmes et tartes… L'ingrédient qui lie toutes ces merveilles ? La générosité, bien sûr.

Espagne, le livre de cuisine, *Simone et Inès Ortega, illustrations Javier Mariscal, 49,95 €. Mars 2024.*

EN DIRECT DE LA MER

« Valoriser des produits de la mer moins populaires mais aux goûts délicieux et aux prix raisonnables. »

Les amoureux du poisson et des coquillages en rêvaient, Jordan Goube l'a fait. Un recueil de 60 recettes orchestré par un poissonnier-écailler Meilleur Ouvrier de France, c'est une aubaine pour tous. Parce que le poisson on l'adore, mais on ne sait pas toujours comment le cuisiner : cru, snacké, en portefeuille, en croûte de parmesan, en paupiette, en makis ou en *fish and chips…* l'auteur n'est jamais à court d'idées. Au quotidien, on se laissera tenter par son parmentier crémeux, ses lasagnes de truite aux épinards, ses courgettes au merlan ; tandis que l'on dégainera sans sourciller une terrine d'églefin aux petits pois et à la menthe ou des encornets farcis, pour les repas d'exception, et que l'on ouvrira un bocal de supions maison au poivron pour un apéro improvisé. On aime les recettes de ce passionné et ses précieux conseils.

Pêche du jour, *Jordan Goube, éd. Marabout, 16,90 €. Avril 2024.*

Les fruits de mer, une culture parisienne

Du repas d'affaire au souper après le spectacle, il existe une vraie tradition des fruits de mer à Paris. Iodez vos sorties avec ces établissements, qui vous permettent aussi d'emporter vos plateaux chez vous !

L'Auberge Dab
161, avenue Malakoff - Paris 16e - Tel. 01 45 00 32 22
7/7 jours - Service de 12h à 15h et de 19h à minuit
Service continu le week-end de 12h à minuit - Voiturier
www.auberge-dab.com

Congrès Maillot
80, av. de la Grande Armée - Paris 17e - Tel. 01 45 74 17 24
7/7 jours - Service continu de 7h30 à minuit - Voiturier
www.congres-maillot.com

Congrès Auteuil
144, boulevard Exelmans - Paris 16e - Tel. 01 46 51 15 75
7/7 jours - Service continu de 8h00 à 23h - Voiturier
www.congres-auteuil.com

Le Wepler
14, place Clichy - Paris 18e - Tel. 01 45 22 53 24
7/7 jours - Service continu de 7h30 à minuit
www.wepler.com

Sébillon
20, av. Charles-de-Gaulle - 92200 Neuilly - Tel. 01 46 24 71 31
7/7 jours - Service de midi à 15h00 et de 19h00 à 23h
Voiturier
www.sebillon.com

L'Européen
21 bis, boulevard Diderot - Paris 12e - Tel. 01 43 43 99 70
7/7 jours - Service continu de 7h30 à minuit
www.l-europeen.com

Design by Agence Portofino • Crédit photo Francis Hammond

groupe-joulie.com

Sur le gril !

Le beau temps nous invite à nous réunir à l'extérieur. Pour impressionner nos hôtes ? Des viandes et des plats réalisés grâce à ces barbecues et planchas aux fonctionnalités bluffantes.

Par **Sandra Collet.**

COUP DE CŒUR

Made in France

Un modèle compact et fonctionnel, doté d'une plaque en fonte émaillée, d'un châssis en Inox et de rebords anti-projection. Cette plancha électrique, fabriquée en Nouvelle Aquitaine, s'adapte à tout type d'environnement. Conçue pour être durable et réparable, elle est équipée de deux zones de chauffe indépendantes. Sa puissance lui permet de passer de 0 à 360 °C en 7 min. Quant à son récupérateur de jus en Inox, il se nettoie au lave-vaisselle.

Plancha Initial 50, Eno, H 18 x 49 x 46 cm, 2200 W, 18 kg, 449,30 €.

Comme un pro

Ce barbecue au charbon de bois, muni d'un chariot pliable et d'une tablette rabattable, est une vraie petite cuisine d'extérieur. Rangements, crochets à ustensiles, décapsuleur, ceinture Inox pour maintenir la rôtissoire en place, cuve pivotant à 360 °C : tout a été imaginé pour rendre la préparation du repas agréable. Les grilles de cuisson peuvent être réglées en hauteur. Le système Vortex améliore la répartition de la chaleur. Enfin, une porte d'évacuation d'air, innovante, protège le gril du vent et de la pluie.

Barbecue Pro 22K, Napoleon, H 84 x 75 x 111 cm, 519 €.

Le plus design

Un brasero qui s'admire en plus de nous régaler ! Grâce à son format compact et à sa base démontable, il est facile à transporter et à installer. En acier Corten, résistant à la corrosion, il se glisse sur un balcon, dans un patio ou sur une terrasse avec aisance. Son tout nouveau système de circulation d'air améliore la combustion du bois, limite la formation de fumée et permet de chauffer plus rapidement la plaque de cuisson, d'un diamètre de 74 cm : l'idéal pour accueillir des préparations pour 4 à 6 personnes.

Brasero plancha 75 Corten, Ofyr, 1295 €.

Nomade

Il nous suit partout : à la plage, au camping ou en pleine nature. Une fois sorti du coffre, ce barbecue à gaz se tire comme un chariot de course ! Avec un large spectre de températures, il permet de cuir des steaks, de griller du poulet ou même de réaliser des crêpes ou des pancakes. Haut de gamme, en acier émaillé, muni de brûleurs en acier inoxydable, il bénéficie d'une grande surface de cuisson, capable d'accueillir en même temps 15 burgers ou 20 saucisses.

Barbecue à gaz Weber Traveler Edition Stealth, Weber, H 95 x 111 x 58 cm, 21 kg, 569 €.

Multi-tâches

Cet appareil muni de deux doubles plaques permet de préparer une grande variété de recettes, façon gril ou plancha : œufs, pancakes, légumes, viandes, poissons… Trois positions de chauffe sont possibles. La première offre une cuisson rapide des deux côtés. La seconde rôtit les aliments les plus fragiles sans les toucher, donc sans les abîmer. La dernière permet de doubler la surface de cuisson grâce aux plaques qui se déploient. Deux thermostats donnent l'opportunité de réaliser deux cuissons différentes en même temps.

Multigrill 9 Pro, Braun, 2200 W, 37 cm x 23 cm, 269,99 €.

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES P. 122

DISPONIBLE EN KIOSQUE

ET SUR ABONNEMENTMAG.FR/SAVEURS

Par **Sandra Collet.**

À la ligne !

Quand la vaisselle fait bande à part, cela donne des modèles originaux sur nos tables printanières. De quoi affirmer un caractère très graphique…

Acidulées

Ces assiettes, façonnées et peintes à la main sous le soleil de la côte Amalfitaine, insufflent sur nos tables toute la convivialité et le charme de l'Italie. Leurs silhouettes traditionnelles s'acoquinent à merveille avec les larges lignes tantôt roses, tantôt orange. Des couleurs acidulées, qui sauront mettre en valeur un simple agrume, comme un dessert plus élaboré.

Assiettes rayures, Popolo, 6 coloris, diamètre 25 cm, 28 €.

Graphiques

Bandes et rayures cohabitent avec harmonie sur ces vases et pichets en céramique, tournés puis peints à la main dans le sud du Portugal. Des couleurs lumineuses, des formes généreuses et assumées : on les fait danser sur nos tables et étagères pour leur offrir le regard qu'ils méritent.

La Maïastra, vase Girafe, 5 coloris, 49 € ; vase Gourde, 6 coloris, 49 € ; pichet à rayures, 7 coloris, 59 €.

Marinière

Une petite tasse à l'esprit bord de mer, avec ses bandes blanches et bleues peintes à main levée. Un modèle en grès, dont l'anse très ludique apporte une petite touche de fantaisie. À la maison ou ailleurs, on s'en empare pour voguer vers d'autres horizons.

Tasse à café Alaria, Sema Design, 5,95 €.

Ça tourne !

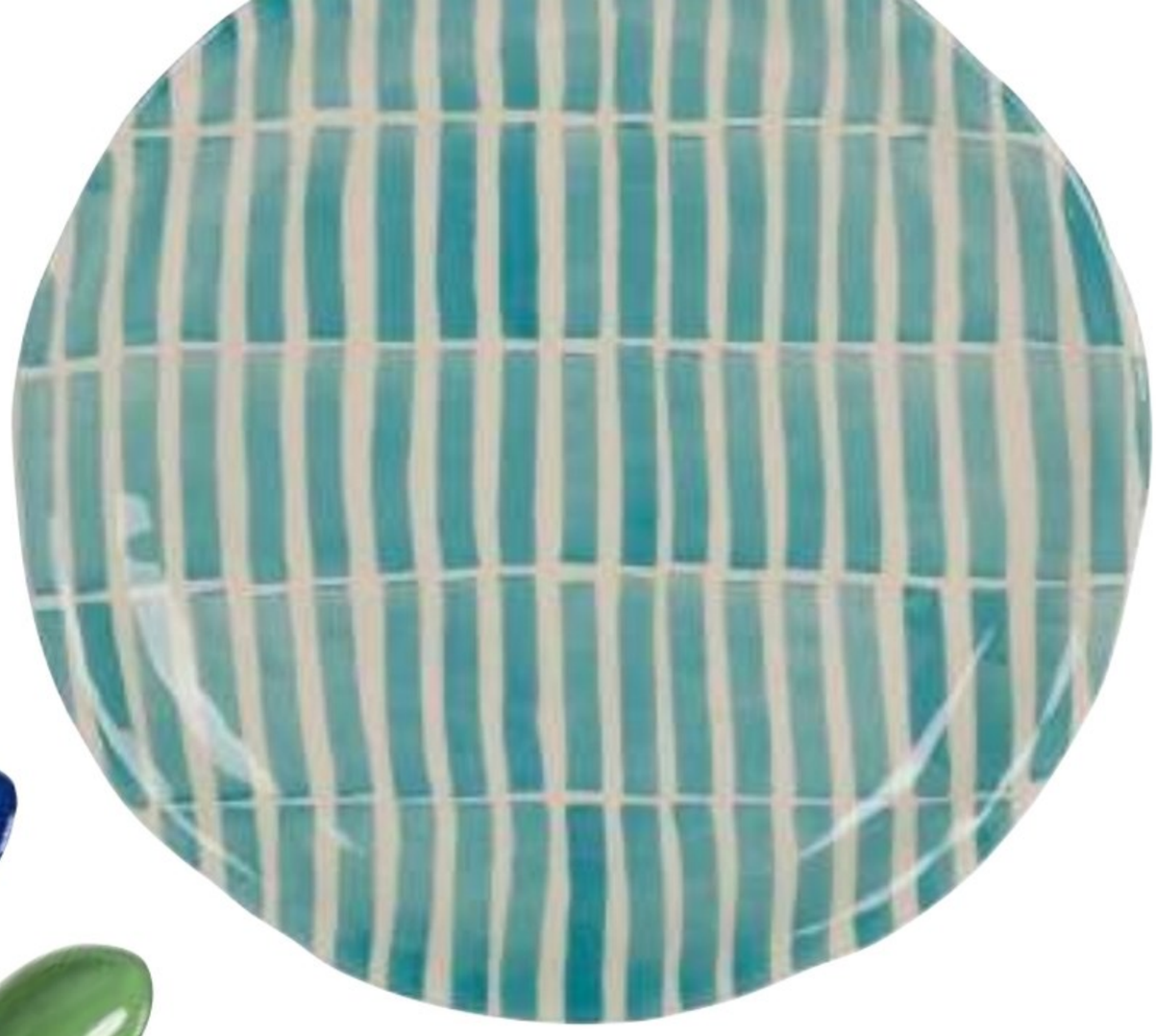
Colorées et régressives à souhait, ces cuillères à café en céramique se dévoilent sous nos yeux avec gourmandise. Chacune a sa couleur, chacune a sa personnalité, mais toutes ont un point commun : nous donner furieusement envie de boire la tasse.

Cuillère Twist, &Klevering, le lot de 6 pièces, 49 €.

La belle étoile !

Celle-ci ne risque pas de filer, car elle occupe le cœur de cette assiette en céramique, imaginée et dessinée par le designer brésilien Joao Incerti. Pour l'entourer comme il se doit, une frise de couleur, tout en contraste, qui fait de ce plat un objet hypnotique.

Assiette plate, Joao Incerti x Monoprix, diamètre 27 cm, 12 €.



Esprit bejmat

Un grand plat en terre cuite et aux tonalités bleu turquoise, façon aquarelle. Comme un tableau que l'on croirait toujours en mouvement, avec ses douces vaguelettes apaisantes. L'idéal pour accueillir un poisson ou des pâtisseries orientales.

Plat Lisia, Coté Table, diamètre 33 cm, 45 €.

Naturalité

Une nappe en coton fabriquée en Inde artisanalement, à partir de la technique d'impression manuelle du *block print,* qui rend chaque modèle unique. Cette nappe se glisse avec aisance à l'intérieur ou à l'extérieur. Avec ses douces teintes, elle invite au voyage des sens.

Nappe Bombay, Apaches Collections, 150 x 200 cm, 69 € ; 150 x 250 cm, 89 €.

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES P. 122

Sur nos tables de mai

Les jours rallongent, le soleil pointe le bout de son nez, petits pois, jeunes pousses et premières cerises fleurissent sur les étals. Ils nous inspirent pour composer toutes sortes de menus vitaminés et colorés.

Recettes et stylisme **Lucie Dauchy.** Photos **Martin Balme.**

Menu en nuances de vert

Avec l'arrivée du printemps, ça bourgeonne dans nos assiettes: les jeunes pousses tendres et les épinards fleurissent; les petits pois s'enrobent de saveurs mentholées, et kiwi et pistache viennent acidulers un dessert fondant.

Chaussons aux épinards, pignons de pin et brocciu

Cuisses de poulet au citron, petits pois à la menthe

Eton mess pistache-kiwi

Menu craquant

À nous la salade gourmande où concombre, radis et cacahuètes croquent sous la dent! Et tandis que les dos de cabillaud croustillent et les sucrines craquent, une feuillantine en crêpes dentelle fait pétiller le moelleux d'un gâteau au chocolat.

Salade croquante aux cacahuètes

Pommes de terre rôties, cabillaud croustillant

Entremets aux cerises et au chocolat, feuillantine croustillante

© Adobe Stock

CHAUSSONS AUX ÉPINARDS, PIGNONS DE PIN ET BROCCIU

Pour 4 à 6 personnes
Préparation : 1 h
Repos : 1 h
Cuisson : 20 min

Pour la pâte : 360 g de farine T65 ■ 1 œuf ■ 10 cl d'eau froide ■ 170 g de beurre doux ■ 1 c. à soupe plutôt rase de thym séché ■ 1/2 c. à café rase de sel ■ 6 cl de lait (pour dorer la pâte)
Pour la farce : 450 g d'épinards frais ■ 50 g de pignons de pin ■ 250 g de brocciu (fromage frais corse) ■ 2 c. à soupe d'huile de noisette ■ 4 gousses d'ail ■ 1 brin de thym ■ Le zeste râpé de 1 citron bio ■ Sel, poivre
Pour servir : 140 g de jeunes pousses (mesclun) ■ 2 c. à soupe d'huile de noisette ■ Le jus de 1 citron ■ 20 g de pignons de pin
Ustensiles : 1 emporte-pièce rond de 10 cm de diamètre (ou 1 petit bol retourné pour découper la pâte en disques de 10 cm) ■ 1 pinceau de cuisine

1. Préparez la pâte au moins 30 min à l'avance. Dans le bol du robot, mélangez la farine, l'œuf, l'eau, le beurre coupé en dés, le thym et le sel. Travaillez jusqu'à l'obtention d'une boule de pâte. Couvrez et réservez au réfrigérateur.
2. Nettoyez les épinards, hachez-les grossièrement. Pelez, dégermez et hachez l'ail. Dans une sauteuse, faites suer l'ail dans 2 c. à soupe d'huile de noisette. Ajoutez les épinards, faites-les fondre 3 min. Parsemez de thym effeuillé, salez et poivrez. Placez dans un plat pour laisser revenir à température ambiante.
3. Dans une jatte, écrasez le brocciu égoutté à la fourchette. Ajoutez la poêlée d'épinards, les pignons, le zeste de citron, salez et poivrez.
4. Étalez finement la pâte, découpez des disques de 10 cm de diamètre (comptez environ 20 g de pâte par disque). Prélevez une cuillerée de farce aux épinards (environ 15 g), placez au centre de chaque disque de pâte, repliez la pâte pour former un chausson en demi-lune. Pincez les bords du bout des doigts puis pressez les bords avec les dents d'une fourchette afin de bien les souder. Procédez ainsi jusqu'à avoir formé tous les chaussons sur des plaques garnies de papier cuisson. Placez 30 min au frais.
5. Préchauffez le four à 200 °C. Trempez le pinceau dans le lait et appliquez-le sur tous les chaussons, cela permettra à la pâte de dorer. Enfournez les chaussons 15 min ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
6. Dans un petit bol, préparez la sauce au dernier moment : mélangez l'huile de noisette, le jus de citron, les pignons, du sel et du poivre. Arrosez le mesclun de sauce et servez avec les chaussons chauds ou à température ambiante.

Notre conseil vin
Un graves blanc

SALADE CROQUANTE AUX CACAHUÈTES

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min
Repos : 15 min

■ 1 concombre ■ 1 bulbe de fenouil ■ 1 botte de radis ■ 1/2 botte de coriandre ■ 1 piment vert frais ■ 2 c. à soupe d'huile de sésame grillé ■ 1 citron vert ■ 1 c. à soupe bombée de cacahuètes salées décortiquées ■ 1 c. à soupe de sirop d'agave ■ Sel, poivre

1. Épluchez le concombre, coupez-le en deux dans la longueur, retirez les graines (à l'aide d'une cuillère à melon par exemple). Nettoyez le fenouil, coupez-les en deux. Lavez les radis et supprimez la petite queue blanche (conservez un petit peu de fanes vertes et croquantes).
2. À l'aide d'une mandoline, du robot trancheur ou d'un couteau bien aiguisé, découpez en fines lamelles le concombre et le fenouil. Coupez les radis en deux. Ciselez le piment et la coriandre.
3. Dans un bol, mélangez la coriandre, l'huile de sésame, le sirop d'agave, le jus du citron vert pressé, du sel et du poivre.
4. Dans un grand saladier, mélangez le fenouil, le concombre, les radis, le piment et les cacahuètes. Arrosez de sauce et placez pendant 15 min au réfrigérateur. Servez ensuite aussitôt.

Notre conseil vin
Un montlouis-sur-loire

Un plat pour fêter la belle saison !

CUISSES DE POULET AU CITRON, PETITS POIS À LA MENTHE

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 1 h 10

Pour le poulet : 4 petites cuisses de poulet avec les hauts de cuisse ■ 2 petits citrons verts bio ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1 gros oignon jaune ■ 25 cl de vin blanc sec ■ 2 feuilles de laurier ■ 1 branche de romarin ■ Sel, poivre
Pour les petits pois : 500 g de petits pois frais écossés ■ 25 cl de bouillon de volaille chaud ■ 2 oignons botte ■ 2 tiges de menthe ■ 35 g de beurre demi-sel

1. Préparez le poulet. Pelez et émincez l'oignon. Dans une grande cocotte, faites-le blondir légèrement dans l'huile d'olive. Ajoutez les morceaux de poulet, faites-les dorer quelques minutes sur chaque face. Salez et poivrez. Versez le vin blanc et le jus de 1 citron vert pressé. Ajoutez le laurier et le romarin. Donnez un bouillon. Couvrez et laissez mijoter à feu plutôt doux pendant 45 min. Au bout de ce temps, ajoutez 1 citron coupé en quartiers, prolongez la cuisson 5 min.
2. Préparez les petits pois. Nettoyez et émincez les oignons botte. Faites-les suer dans une sauteuse à bord haut avec le beurre. Ajoutez les petits pois, versez le bouillon préalablement chauffé, salez et poivrez. Laissez frémir quelques minutes : les petits pois doivent être cuits mais encore légèrement croquants. Égouttez à l'aide d'une écumoire. Placez dans un plat et parsemez de menthe ciselée.
3. Servez les petits pois avec le poulet au citron.

Notre conseil vin
Un patrimonio blanc

POMMES DE TERRE RÔTIES AU PAPRIKA FUMÉ, CABILLAUD CROUSTILLANT

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 30 min

Pour les pommes de terre : 800 g de pommes de terre (à four) ■ 30 g de beurre demi-sel ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1 c. à café bombée de paprika fumé ■ 1 brin de thym ■ 1 gousse d'ail ■ Sel, poivre
Pour le poisson : 800 g de dos de cabillaud ■ 60 g de chapelure japonaise panko ■ 60 g de farine ■ 1 œuf ■ 1 brin de thym
Pour l'accompagnement : 2 sucrines ■ 100 g de yaourt grec ■ 1 oignon frais ■ 1 citron ■ 1/2 botte de ciboulette ■ 1 c. à café d'huile d'olive ■ Baies roses

1. Préchauffez le four à 210 °C. Épluchez les pommes de terre, coupez-les en gros morceaux. Déposez-les dans un plat à gratin. Dans une casserole, faites fondre le beurre avec le paprika, l'huile d'olive, le thym émietté, l'ail haché, du sel et du poivre. Recouvrez les pommes de terre de cette préparation. Enfournez pour 15 min, en remuant de temps en temps.
2. Pendant ce temps, préparez le poisson. Dans une assiette creuse, déposez la farine. Dans une deuxième assiette, battez un œuf avec du sel et du poivre. Dans une troisième assiette, placez la chapelure. Rincez le poisson, puis épongez-le délicatement sur du papier absorbant. Coupez-le en 4 portions. Salez et poivrez-les. Enrobez successivement chaque portion de poisson de farine, puis d'œuf battu, puis de chapelure. Placez sur une plaque tapissée de papier cuisson et enfournez pour 15 min avec les pommes de terre (les pommes de terre cuiront donc 30 min).
3. Pendant ce temps, nettoyez les deux sucrines, coupez-les en deux dans la hauteur. Dans un bol, mélangez le yaourt, le jus du citron, l'oignon frais émincé, la ciboulette ciselée, du sel et une pincée de baies roses. Ajoutez un filet d'huile.
4. Servez les pommes de terre avec le poisson croustillant et la sucrine croquante nappée de sauce au yaourt.

Notre conseil vin
Un coteaux-du-giennois blanc

ETON MESS PISTACHE-KIWI

Pour 6 verrines
Préparation : 35 min
Repos : 30 min
Cuisson : 15 min

Pour le moelleux pistache : 90 g de farine ■ 75 g de beurre fondu ■ 2 œufs ■ 75 g de pâte de pistaches (au rayon pâtisserie) ■ 45 g de miel liquide ■ 40 g de lait entier
Pour la crème : 30 cl de crème fleurette (bien froide) ■ 1 c. à café de miel liquide + un peu pour servir ■ 1 gousse de vanille ■ 3 gros kiwis (400 g)
Ustensiles : 1 moule carré de 24 cm de côté ■ 6 verrines

1. Préparez le moelleux à la pistache. Préchauffez le four à 180 °C. Dans le bol du robot, mélangez les œufs et le miel. Ajoutez la pâte de pistaches, le lait, le beurre fondu puis la farine. Mélangez jusqu'à l'obtention d'un appareil homogène. Chemisez le fond d'un moule de papier cuisson. Versez l'appareil, enfournez 15 min (le dessus du moelleux doit à peine commencer à dorer). Laissez refroidir à température ambiante avant de démouler.
2. Découpez 6 disques dans le moelleux, du même diamètre que le fond de vos verrines. Gardez les chutes de moelleux pour les émietter. Placez les disques de moelleux dans le fond des verrines. Pelez les kiwis et coupez-les en petits dés.
3. Placez le bol et les fouets du batteur électrique 10 min au congélateur avant de monter la crème. Dans le bol du batteur, versez la crème très froide. Commencez à fouetter pour la monter en chantilly. Incorporez le miel et les graines issues de la gousse de vanille. Lorsque la crème chantilly est bien prise, cessez de battre. Garnissez chaque verrine de chantilly. Ajoutez la brunoise de kiwis. Couvrez et réservez au frais.
4. Au moment de servir, nappez chaque verrine d'un filet de miel et parsemez de quelques miettes de moelleux à la pistache.

Notre conseil vin
Un crémant-de-limoux

ENTREMETS AUX CERISES ET AU CHOCOLAT, FEUILLANTINE CROUSTILLANTE

Pour 6 personnes
Préparation : 45 min
Repos : 6 h
Cuisson : 25 min

Pour la feuillantine : 75 g de chocolat au lait pâtissier ■ 60 g de crêpes dentelle (Gavottes) ■ 120 g de pralin (fruits secs sucrés en petits grains)
Pour le gâteau au chocolat : 1 gros œuf ■ 25 g de beurre + 1 noix de beurre pour le moule ■ 10 g de chocolat au lait pâtissier ■ 20 g de miel liquide ■ 20 g de sucre ■ 20 g de poudre de noisettes ■ 30 g de farine ■ 1 c. à café rase de levure chimique ■ 1 c. à soupe rase de cacao en poudre (non sucré)
Pour la mousse aux cerises : 300 g de cerises (dénoyautées, poids de la chair) ■ 30 g de sucre ■ 20 cl de crème fleurette (très froide) ■ 3 feuilles de gélatine ■ 1 gousse de vanille
Pour servir : 200 g de cerises entières ■ 8 noisettes décortiquées ■ Quelques pétales de rose comestibles (facultatif)
Ustensile : 1 moule rond de 20 cm de diamètre, à charnière et à bord haut

1. Préparez la feuillantine. Concassez le chocolat. Faites-le fondre délicatement au bain-marie. Ajoutez le pralin et les crêpes dentelle bien émiettées. Tracez un cercle de 20 cm au crayon sur une feuille de papier cuisson. Posez la feuille sur une plaque. Appliquez la feuillantine sur le cercle de 20 cm pour obtenir un disque plat et uniforme. Réservez au réfrigérateur pendant au moins 1 h.
2. Préparez le gâteau au chocolat. Préchauffez le four à 180 °C. Dans une petite casserole, faites doucement fondre le beurre avec le chocolat concassé. Fouettez l'œuf, le miel et le sucre dans une jatte. Incorporez la poudre de noisettes, la farine, le cacao et la levure. Ajoutez le beurre et le chocolat fondu, fouettez.
3. Beurrez le fond et la paroi verticale du moule à charnière. Découpez un disque de papier cuisson de 20 cm de diamètre. Déposez-le dans le fond du moule beurré. Versez la pâte chocolatée. Enfournez 12 min, puis laissez refroidir à température ambiante.
4. Préparez la mousse aux cerises. Placez les fouets, la crème et le bol du robot au congélateur pendant 10 min. Plongez les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide 10 min, pour les faire ramollir. Mixez les cerises avec le sucre pour obtenir un coulis homogène. Versez la moitié de ce coulis dans une casserole avec les graines issues de la gousse de vanille. Portez à frémissement. À la première ébullition, hors du feu, ajoutez la gélatine bien essorée. Fouettez vigoureusement. Versez dans une jatte, ajoutez le reste de coulis, fouettez énergiquement. Placez au frais. Montez la crème très froide en chantilly ferme. Mélangez très délicatement avec le coulis de cerises, à l'aide d'une spatule souple.
5. Déposez le disque de feuillantine prise sur le gâteau au chocolat, dans le moule à charnière. Garnissez uniformément de mousse aux cerises. Couvrez de film alimentaire et réservez au frais pendant au moins 5 h.
6. Au moment de servir, décorez le gâteau de noisettes concassées, de cerises et de pétales de rose.

Notre conseil vin
Un banyuls rimage

LE RÔTI SORT LE GRAND JEU

Qu'il soit garni de farce ou revêtu de beaux habits feuilletés, se pare de notes végétales, se roule de gourmandise ou s'accompagne d'une sauce élaborée, on déroule le tapis rouge pour ce chef-d'œuvre culinaire qui sait s'adapter à des scénarios infinis !

Texte **Julie Martory.** Recettes et stylisme **Sophie Dupuis-Gaulier.** Photos **Guillaume Czerw.**

« Rôti ? Ce mot m'évoque instantanément le poulet rôti de ma grand-mère ou le rôti Orloff, un classique qui fait toujours mouche. Dans tous les cas un plat convivial, une belle pièce qui rassemble », réagit David Gallienne, chef du Jardin des Plumes à Giverny. « Le rôti est le plat généreux par excellence. Il est aussi très pratique, puisqu'il ne nécessite pas de dressage et peut même être préparé à l'avance avec une précuisson puis une fin de cuisson avant l'envoi, souligne de son côté Valentine Davase, cheffe de La Brasserie des Arts, à Paris. C'est une *masterpiece* qui suscite toujours un effet wahou quand on la dépose sur la table ! » Un bel effet se poursuivant à la découpe, qui peut dévoiler de multiples couches gourmandes…

Parfumer et nourrir

« Qu'il soit noble comme un wellington, convivial avec une pièce en croûte ou même 100 % végétal, on se trompe rarement avec un rôti ! », estime Valentine Davase. Certes, mais il existe tout de même des règles à respecter pour éviter, notamment, ce grand écueil du rôti : le côté sec. Pour le chef étoilé David Gallienne, cela tient à ces points de vigilance : « le choix de la pièce, sa cuisson, le nourrissage et ce que l'on y ajoute pour parfumer et à quel moment ». Pour une version carnée, le plat de tranche, le filet de rumsteck ou le faux-filet sont des valeurs sûres côté bœuf, tout comme l'échine ou le filet mignon de porc, l'épaule, la longe ou la noix de veau. « On ne pense pas assez au lapin, une viande délicate qui se marie très bien avec une farce aux pruneaux par exemple », note le vainqueur de *Top Chef*. « Il ne faut pas hésiter à prendre conseil auprès de son boucher qui, selon l'arrivage, pourra proposer des morceaux peu connus mais qui s'anoblissent avec une cuisson rôtie », ajoute Valentine Davase. Quelle que soit la pièce, « il est essentiel de l'arroser pendant toute la cuisson et même après la sortie du four », recommande la cheffe. Conseil partagé par David Gallienne : « Il faut absolument nourrir son rôti avec un jus de viande ou un jus de légumes. Et de la matière grasse : beurre et huile pour ne pas que le beurre brûle, ou un beurre clarifié. Et le retourner en cours de cuisson si l'on peut. » Si le jus entre en scène dès le début de cuisson, mieux vaut en revanche patienter pour faire jouer les herbes aromatiques, épices et autres condiments. « Ajoutés dès le début du rôtissage, ils risquent d'amener de l'amertume, note le chef. On attend donc le milieu ou la fin de cuisson. » Le *timing ?* Il est également essentiel pour la cuisson, qui dépendra de la pièce, tout comme la température évidemment. « Celle du poisson est particulièrement délicate : ni trop cuit, ni pas assez, on n'a pas le droit à l'erreur ! », met en garde David Gallienne. Poissonnier et boucher demeurent alors les meilleurs conseillers.

Envelopper, garnir, farcir

« Il est assez simple d'amener de la noblesse ou de l'originalité à la pièce avec une farce ou de la déco sur la pâte feuilletée en croûte par exemple », selon Valentine Davase. « Le champ des possibles est très large pour magnifier le rôti », acquiesce le chef étoilé. Il est des associations avec lesquelles on prend peu de risques. « Le filet mignon de porc aime le sucré-salé avec des fruits secs et du miel ■■■

Avec peu d'ingrédients, on obtient facilement un plat haut en saveur !

Nos experts

© Yvan Moreau

David Gallienne, vainqueur *Top Chef* 2020, chef du Jardin des Plumes (Giverny), une étoile, du bistrot Oscar, au cœur du musée des Impressionnismes (Giverny), et du corner Label Broche (Galeries Lafayette Le Gourmet, Paris 9e).

© pelut.charlene

Valentine Davase, cheffe de La Brasserie des Arts (Paris 6e), cheffe et fondatrice du traiteur évènementiel Le Réfectoire.

UN PLAT CONVIVIAL MAIS HORS DU COMMUN, QUI SE PRÊTE À TOUTES SORTES DE VARIATIONS !

▪▪▪ par exemple, le poulet la moutarde et l'estragon, la truite les amandes et le citron », poursuit-il. Les accords terre-mer fonctionnent toujours, comme dans le rôti norvégien, cette spécialité venue du froid composée d'un rôti de porc, de saumon fumé et d'emmental, le tout entouré de poitrine fumée maison. « Sur une lotte rôtie avec du lard, j'aime amener du végétal en l'enveloppant d'asperges en lamelles, propose Valentine Davase. On peut également venir rafraîchir un bar, rôti entier, avec une farce aux agrumes, et lui apporter du croustillant avec une croûte de crumble aux herbes. » Acide, sucré, salé, piquant, croquant, moelleux, juteux… : pour un rôti bien équilibré, l'idée est de jouer sur les différentes saveurs et textures. « En respectant la saisonnalité ! », ajoute David Gallienne, qui propose pour le printemps un rôti de bœuf en croûte à l'ail des ours – confectionnée avec de la chapelure, de l'ail des ours, du beurre et de la poudre de noisettes – accompagné d'une cocotte de légumes printaniers. « Et pourquoi ne pas appliquer la cuisson rôtie à ses accompagnements également ? Avec une grosse pièce, comme un céleri enrobé de miel et de ras el-hanout, des carottes nouvelles parfumées aux épices et au miel ou encore des navets. »

Reste enfin la sauce, point d'orgue du rôti. Ce peut être tout simplement le jus de cuisson que l'on aura préalablement réduit ou une sauce plus élaborée qui participera à l'expérience culinaire. « Pour trancher avec une viande grasse, j'aime partir sur du frais et du végétal avec une sauce à base de tahini et d'herbes fraîches par exemple. Pour une viande blanche, je pars sur une sauce plus ronde, plus épicée », conclut Valentine Davase. ❖

RÔTI DE BŒUF ÉPICÉ EN CROÛTE CROUSTILLANTE

Pour 6 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 45 min

■ 800 g de filet de bœuf ■ 4 feuilles de pâte filo (en épicerie orientale) ■ 30 g d'amandes mondées ■ 30 g de noisettes ■ 4 brins de coriandre ■ 1 c. à café rase de paprika fumé ■ 1/2 c. à café de coriandre en poudre ■ 1/2 c. à café de cardamome en poudre ■ 60 g de beurre ■ Sel, poivre
Ustensile : 1 pinceau de cuisine

1. Préchauffez le four à 150 °C. Déposez les amandes et les noisettes sur une plaque de cuisson et enfournez pour 15 min. Frottez les noisettes les unes contre les autres pour retirer les peaux et hachez-les finement avec les amandes. Ciselez les feuilles de coriandre finement. Mélangez-les avec les amandes, les noisettes, le paprika fumé, la coriandre en poudre et la cardamome. Salez et poivrez.
2. Faites fondre le beurre. À l'aide d'un pinceau, beurrez 4 feuilles de pâte filo recto verso. Coupez chaque feuille en deux. Déposez la chapelure d'amandes et noisettes dans un plat creux et roulez le rôti dans cette chapelure afin de le recouvrir complètement. Recouvrez le rôti avec les feuilles de pâte filo. Déposez le rôti dans un plat allant au four.
3. Augmentez le four à 200 °C et enfournez le rôti pour 30 min environ.
4. Servez chaud, avec des morceaux de patate douce rôtis, par exemple.

Notre conseil vin
Un saint-julien

LA BONNE CROÛTE

La pâte filo permet une cuisson en croûte plus légère qu'avec une pâte feuilletée, brisée ou briochée, tout en apportant du croustillant. Pour un effet similaire, on pense également aux feuilles de brick. Pour encore plus de gourmandise – et assurer une meilleure adhérence – on ajoute une couche de saveurs supplémentaires entre la croûte et la viande, avec une farce végétale légère ou un beurre aux herbes réalisé avec du beurre ramolli mélangé à des herbes fraîches hachées et de l'ail.

Tout en parfumant la viande, le lard permet d'éviter qu'elle ne se dessèche.

Nouveau !

SAVEURS RECETTES

Scannez ce QR code pour retrouver cette recette dans l'application **Saveurs : recettes de saison,** ou pour télécharger cette dernière.

FILET MIGNON DE PORC AUX POMMES ET AU FROMAGE BLEU

Pour 6 à 8 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 30 min

■ 2 filets mignons de porc d'environ 350 g ■ 150 g de tranches fines de poitrine fumée environ ■ 4 pommes type golden ■ 140 g de fromage bleu type bleu de Bresse, roquefort, bleu d'Auvergne… ■ 20 g de beurre ■ 4 brins de thym ■ Sel, poivre
Ustensile : Ficelle de cuisine

1. Sortez la viande du réfrigérateur 30 min avant la cuisson. Détaillez une pomme et demie en fines lamelles et écrasez grossièrement 100 g de fromage.
2. Répartissez les lamelles de pomme et le fromage écrasé sur un des filets mignons, salez, poivrez, parsemez des feuilles de 2 brins de thym et recouvrez du second filet mignon. Recouvrez toute la longueur du filet mignon avec les tranches de poitrine fumée. Ficelez le rôti.
3. Préchauffez le four à 200 °C. Détaillez le reste des pommes en six ou huit, selon leur grosseur. Déposez le rôti dans un plat allant au four, ajoutez le reste des pommes, du fromage et du thym tout autour du rôti. Parsemez de noisettes de beurre. Salez, poivrez et enfournez pour 30 min environ.

Notre conseil vin
Un mâcon-vinzelles

RÔTI DE MAGRETS DE CANARD AU CHUTNEY D'OIGNONS

Pour 4 à 6 personnes
Préparation : 20 min
Repos : 10 min
Cuisson : 55 min

■ 2 magrets de canard ■ 2 gros oignons rouges ■ 5 cl de crème de cassis ■ 1 c. à soupe bombée de cassonade ■ 1 c. à soupe de vinaigre balsamique ■ 1 c. à café rase de 4-épices ■ 2 brins d'origan frais ■ 2 c. à soupe d'huile de tournesol ■ Sel, poivre
Ustensile : Ficelle de cuisine

1. Épluchez les oignons et ciselez-les finement. Dans une sauteuse à bord haut, faites chauffer l'huile, ajoutez les oignons, mélangez et laissez-les dorer 5 min. Ajoutez le vinaigre, les épices, la cassonade et la crème de cassis. Salez et poivrez. Mélangez, couvrez et laissez cuire 20 min, en mélangeant régulièrement. Retirez le couvercle et poursuivez la cuisson 10 min.
2. Préchauffez le four à 200 °C. À l'aide d'un couteau aiguisé, réalisez des croisillons dans le gras des magrets sans atteindre la chair. Déposez un magret devant vous (gras en dessous), recouvrez-le de chutney d'oignons. Parsemez de feuilles d'origan. Recouvrez avec le second magret (gras sur le dessus). Ficelez l'ensemble et déposez-le dans un plat allant au four. Disposez le reste de l'origan autour du rôti et enfournez pour 20 min.
3. Sortez le magret du four, enveloppez-le 10 min dans du papier aluminium, puis détaillez-le en tranches et servez aussitôt.

Notre conseil vin
Un corbières rouge

Une façon originale de cuisiner le magret de canard

ÉCHINE DE PORC À LA RHUBARBE

Pour 6 à 8 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 1 h 45

■ 1,2 kg de porc dans l'échine, ouvert en portefeuille ■ 500 g de rhubarbe ■ 2 échalotes ■ 2 c. à café rases de 4-épices ■ 3 c. à soupe rases de sucre ■ 6 c. à soupe de miel ■ 15 g de beurre ■ 5 brins de thym ■ Sel, poivre
Ustensile : Ficelle de cuisine

1. Nettoyez la rhubarbe, détaillez-la en petits tronçons, déposez-la dans une passoire et saupoudrez-la de sucre. Laissez dégorger pendant 1 h.
2. Épluchez les échalotes et ciselez-les finement. Dans une poêle, faites fondre le beurre, ajoutez les échalotes et laissez-les dorer 5 min. Ajoutez 350 g de rhubarbe, 4 c. à soupe de miel, les feuilles de 2 brins de thym et 1,5 c. à café de 4-épices. Salez et poivrez. Poursuivez la cuisson 10 min. Jetez le liquide de cuisson au besoin.
3. Préchauffez le four à 180 °C. Déposez le rôti ouvert devant vous, recouvrez-le du mélange cuit rhubarbe-échalote et roulez-le sur lui-même. Ficelez-le bien serré. Parsemez le rôti des feuilles de 2 brins de thym. Déposez-le dans un plat allant au four et enfournez pour 1 h 30.
4. Au bout de 45 min de cuisson, ajoutez la rhubarbe restante, les feuilles du dernier brin de thym, 2 c. à soupe de miel et le reste du 4-épices autour du rôti, salez, poivrez et poursuivez la cuisson 45 min.

Notre conseil vin
Un vouvray demi-sec

LE POUVOIR DE LA FARCE

Laissez libre cours à votre imagination – et aux saisons – pour composer des farces qui viendront réveiller le plus simple des rôtis ! Pour un esprit italien, on peut opter pour une farce réalisée avec de la pancetta hachée revenue dans un peu d'huile d'olive, puis mixée avec de l'ail, de la mie de pain, des herbes fraîches et un zeste de citron. Pour apporter une touche méditerranéenne à une viande blanche ou du poisson, on mise sur une farce à base d'olives, de basilic, de pain complet et de purée de tomates confites. On pense également aux fromages et produits laitiers qui peuvent apporter du moelleux, avec par exemple une farce composée de sauge, petits-suisses, moutarde et citron, ou bien d'ail des ours et de persil mixés avec de la chapelure, du jambon, du parmesan et un peu d'huile d'olive.

RÔTI DE SAUMON BASSE TEMPÉRATURE AU TARTARE D'ALGUES ET AUX COURGETTES

Pour 6 à 8 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 25 min

■ 2 filets de 500 g de saumon, sans la peau ■ 3 courgettes ■ 200 g de tartare d'algues ■ 2 brins d'aneth ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre
Ustensiles : 1 mandoline ■ Ficelle de cuisine

1. Rincez les filets de saumon sous l'eau froide et séchez-les bien avec du papier absorbant. Lavez les courgettes et retirez chaque extrémité. À l'aide d'une mandoline, détaillez les courgettes en très fines lamelles. Recouvrez un des pavés de saumon avec le tartare d'algues. Salez avec modération et poivrez. Recouvrez l'ensemble avec le second pavé de saumon. Recouvrez le rôti de saumon avec une partie des lamelles de courgette. Ficelez l'ensemble de façon à obtenir un rôti.

2. Préchauffez le four à 150 °C. Déposez le rôti dans un plat allant au four et enfournez pour 25 à 30 min selon la cuisson désirée.
3. Faites chauffer 3 c. à soupe d'huile dans une sauteuse, ajoutez les lamelles de courgette, salez et poivrez. Laissez cuire 5 à 6 min sur feu vif, en mélangeant souvent.
4. Parsemez le rôti et les courgettes d'un peu d'aneth et servez sans attendre.

Notre conseil vin
Un chablis

RÔTI DE VEAU ORLOFF AU BACON ET AU COMTÉ

Pour 6 à 8 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 45 min

■ 1 rôti de veau d'environ 1,2 kg, dans le quasi ■ 9 tranches de bacon, d'environ 15 g chacune ■ 9 tranches de comté, d'environ 30 g chacune ■ 15 cl de fond de veau ■ 3-4 branches de sarriette ■ 20 g de beurre ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive
Ustensiles : Ficelle de cuisine ■ 1 cocotte allant au four

1. Préchauffez le four à 180 °C. Dans une cocotte, faites fondre le beurre avec l'huile. Ajoutez le rôti et faites-le dorer sur toutes les faces. Retirez-le de la cocotte, laissez-le refroidir quelques instants.
2. À l'aide d'un couteau, réalisez 8 entailles dans le rôti en prenant soin de ne pas aller jusqu'au bout. Insérez dans chaque entaille une tranche de bacon et une tranche de comté. Prélevez les feuilles de sarriette et parsemez-en le rôti. Ficelez le rôti. Salez modérément, mais poivrez généreusement.
3. Remettez le rôti dans la cocotte. Versez le fond de veau tout autour du rôti. Couvrez et enfournez pour 35 min, en prenant soin d'arroser le rôti régulièrement. 10 min avant la fin de la cuisson, retirez le couvercle.
4. Servez chaud, avec des pommes de terre grenaille par exemple.

Notre conseil vin
Un saint-nicolas-de-bourgueil

ÇA VA BARDER !

Barder consiste à entourer d'une fine tranche de lard une viande, du poisson ou même un légume. Cela permet de « nourrir » la viande avec le gras et ainsi d'éviter qu'elle ne se dessèche à la cuisson. Pour plus de saveurs avec une barde que l'on pourra consommer, on peut opter pour du *prosciutto,* de la coppa, du bacon ou des tranches de speck, qui apporteront des notes salées, parfaites pour équilibrer la douceur d'un poisson ou d'une viande blanche. Reste ensuite à ficeler le rôti afin de le maintenir durant la cuisson. Il existe différentes méthodes (à une bride, à deux brides, en continu, à l'arrêté…), dont on peut trouver des tutos en ligne.

WELLINGTON VÉGÉTARIEN AUX CHAMPIGNONS, CAROTTES, CHÂTAIGNES, OIGNONS ET RAISINS SECS

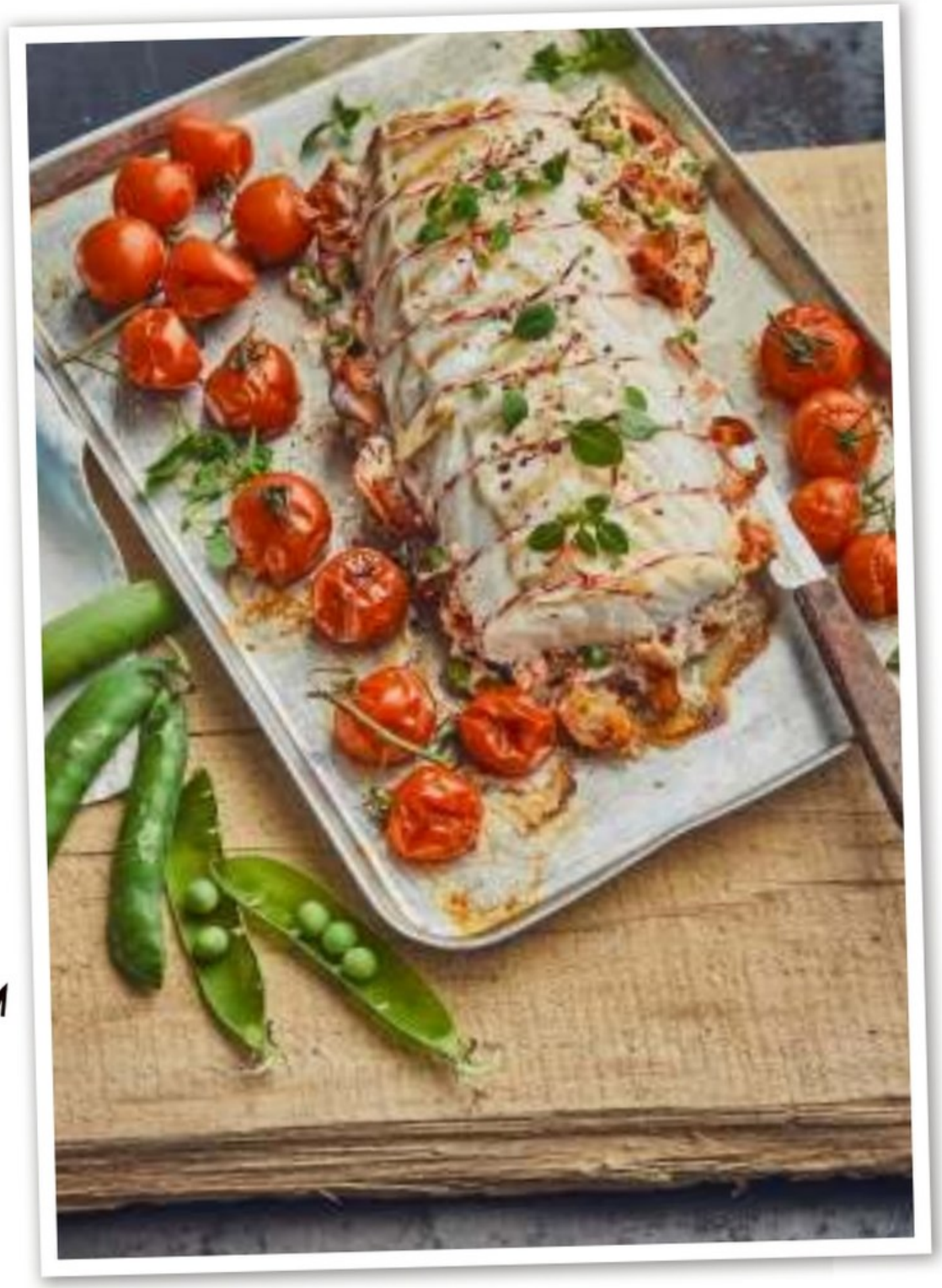
Pour 6 personnes
Préparation : 40 min
Repos : 15 min
Cuisson : 1 h 20

■ 2 pâtes feuilletées ■ 4 carottes moyennes ■ 400 g de champignons ■ 200 g de châtaignes en bocal (cuites au naturel) ■ 70 g de raisins secs ■ 35 g de pignons de pin ■ 1 œuf ■ 1 oignon ■ 2 gousses d'ail ■ 1 c. à soupe de 4-épices ■ 2 branches de romarin ■ 10 cl de bouillon de légumes ■ 3 c. à soupe de vinaigre balsamique ■ 4 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre
Ustensiles : 1 pinceau de cuisine ■ 1 emporte-pièce fantaisie

1. Faites torréfier les pignons dans une poêle chaude. Épluchez les carottes, l'ail et l'oignon. Retirez le pied terreux des champignons. Coupez les carottes en fines rondelles et les champignons en lamelles, ciselez finement l'oignon et écrasez l'ail à l'aide d'un presse-ail.
2. Dans une sauteuse, faites chauffer l'huile et faites dorer l'oignon 5 min. Ajoutez les carottes, l'ail, les champignons, les châtaignes grossièrement hachées, les raisins, le 4-épices et la moitié du romarin. Laissez cuire 10 min et déglacez avec le vinaigre balsamique, ajoutez le bouillon et poursuivez la cuisson 20 min. Ajoutez alors le reste du romarin et les pignons. Salez, poivrez et mélangez bien. Laissez refroidir 15 min. Retirez le jus de cuisson s'il en reste.
3. Préchauffez le four à 200 °C. Déroulez la première pâte feuilletée sur une plaque allant au four tapissée de papier cuisson, détaillez-y un rectangle de pâte de 14 x 32 cm. Déposez les légumes sur cette pâte, de façon à former un rectangle de 9 x 28 cm. Déroulez la seconde pâte feuilletée et détaillez-y un rectangle de 20 x 36 cm. Déposez-le sur le dessus des légumes. Relevez les bords de la pâte du dessous et soudez-les bien avec les bords de la pâte du dessus. À l'aide d'un emporte-pièce, détaillez des décorations dans le surplus de pâte. Déposez-les sur le wellington, puis, à l'aide d'un pinceau, dorez le dessus de la pâte et les décorations avec l'œuf préalablement battu en omelette.
4. Enfournez pour 40 à 45 min environ, jusqu'à ce que l'ensemble soit bien doré.
5. Dégustez chaud, avec une salade verte par exemple.

Notre conseil vin
Un lalande-de-pomerol

Une délicieuse composition végétale à servir telle quelle ou en garniture



RÔTIS DE BLANC DE POULET AU PESTO DE TOMATES SÉCHÉES ET À LA MOZZARELLA

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min **Cuisson :** 30 min

■ 4 blancs de poulet ■ 4 c. à soupe bombées de pesto rouge de tomates ■ 1,5 boule de mozzarella ■ 8 grandes feuilles de basilic ■ Huile d'olive ■ Sel, poivre
Ustensile : Ficelle de cuisine

1. Préchauffez le four à 180 °C.
2. Égouttez la mozzarella. Ouvrez les blancs de poulet en portefeuille. Détaillez la mozzarella en tranches fines. Ciselez le basilic. Recouvrez les blancs de poulet avec 1 c. à soupe de pesto de tomates, recouvrez avec des tranches de mozzarella et parsemez de basilic ciselé. Salez et poivrez. Refermez chacun des blancs de poulet et ficelez-les de façon à bien emprisonner la farce.
3. Déposez les 4 rôtis dans un plat allant au four, arrosez-les d'un peu d'huile et enfournez. Au bout de 20 min, augmentez la température à 210 °C et poursuivez la cuisson 10 min.
4. Servez avec du fenouil sauté par exemple.

Notre conseil vin
Un chorey-lès-beaune rouge

RÔTI DE CABILLAUD FARCI AUX PETITS POIS, RICOTTA, TOMATES CONFITES ET SPECK

Pour 6 personnes
Préparation : 40 min **Cuisson :** 35 min

■ 2 petits dos de cabillaud, d'environ 450 g chacun ■ 4 tranches de speck ■ 150 g de petits pois écossés ■ 250 g de ricotta ■ 200 g de tomates cerise ■ 100 g de tomates semi-confites ■ 1 c. à café rase de paprika fumé ■ 1/2 c. à café de coriandre moulue ■ 3 brins de menthe ■ 3 brins de basilic ■ Sel, poivre
Ustensile : Ficelle de cuisine

1. Égouttez la ricotta. Lavez les tomates cerise. Rincez le poisson sous l'eau froide et séchez-le bien avec du papier absorbant.
2. Faites cuire les petits pois 3 min, dans un grand volume d'eau salée portée à ébullition. Égouttez-les et refroidissez-les. Hachez grossièrement les tomates semi-confites, la menthe, le basilic et le speck. Mélangez la ricotta égouttée avec les petits pois, les tomates confites, le speck, la menthe, le basilic, la coriandre moulue et le paprika fumé. Salez et poivrez.
3. Préchauffez le four à 180 °C Déposez un filet de cabillaud devant vous. Étalez la farce sur celui-ci, en couche uniforme, puis recouvrez avec le second filet, tête-bêche. Ficelez le tout.
4. Déposez le rôti dans un plat allant au four. Répartissez les tomates cerise tout autour du rôti et enfournez pour 20 à 25 min, selon l'épaisseur des dos de cabillaud.
5. Dégustez chaud, accompagné d'une purée de pommes de terre par exemple.

Notre conseil vin
Un sylvaner

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES P. 122

Champagnes de printemps

Une saison de prestige !

Sélectionnées pour leur vitalité et leur éclat, ces cuvées premium célèbrent avec brio la renaissance après l'hiver. Imprimons cette bulle épurée sur les beaux produits de l'assiette primeur…

Texte **Claudine Abitbol.** Photos **Guillaume Czerw.**

Citron des beaux jours

Douceur et fraîcheur pour ce chardonnay issu de trois Grands Crus de la Côte des Blancs. Idéal avec un poulet au citron de printemps agrémenté de persil plat, première herbe du jardin. En plus de ses notes d'agrumes confits, son côté salin appelle aussi la marée (homard, langouste…).
Vranken, Diamant, Grand Cru 2014, 110 € (cavistes).

Délicats ris de veau

Abats fins et peu caloriques, les ris de veau font l'ouverture du printemps. Parfaits avec cette très belle cuvée de vigneron, et des carottes au safran et de la roquette à l'huile de sésame. Souple, vibrant et savoureux, ce champagne épuré (extra-brut) de la vallée de la Marne est un vin sentimental. À servir aussi avec un foie gras d'oie.
Laurent Lequart, Cœur de cuvée, 170 € (boutique en ligne).

♥ Fruité printanier

Gariguettes ou ciflorettes exhalent leur parfum sur les étals à peine l'hiver fini. Idéales avec cette sublime bulle de chardonnay d'une grande finesse, aux notes de pêche blanche, fraise et cerise.
Devaux, cuvée D, blanc de blancs, 76 € (boutique en ligne et cavistes).

Premier homard

C'est au printemps que ce crustacé a le meilleur goût, car il est plus iodé. Avec ses notes de fruits du verger et sa fraîcheur minérale, cette bulle de grand millésime élaborée sans fermentation malolactique, pour conserver toute sa fraîcheur, aime les trésors de mars, avril, mai (homard, saint-nectaire, maroilles et brillat-savarin) avec du pain au levain.
Lanson, Le Vintage 2013, 61 € (boutique en ligne).

L'asperge sublimée

Le vieillissement prolongé dans les caves en craie de cette coopérative et l'absence de dosage créent un champagne au profil corsé, destiné à la reine des légumes de printemps, l'asperge des sables. Notes de grillé et de fruits secs, comme dans un sauternes, font merveille.
Palmer & Co, La Réserve nature, 47 € (cavistes).

Avec l'agneau primeur

De lait, gigot ou fermier, l'agneau est arrivé avec son cortège de légumes nouveaux. Un accord idéal avec ce 100 % pinot noir légèrement torréfié (fermentation partielle en fût) qui apporte du caractère à la table et de la précision (très peu dosé, à 2,7 g/l).
Mailly, Grand Cru, extra-brut 2018, 52,50 € (cavistes).

Avec les fruits de mer

Un blanc de noirs d'une seule parcelle en Premier Cru, fin, élégant, frais (aucune adjonction de sucre) aux notes de gingembre, de coing et de cassis (confituré ou en pâte de fruits), prêt à bercer les notes marines de saison (saint-jacques, clams, oursins…) de son caractère salin.
Joseph Perrier, La Côte à Bras, parcelle AH 83, 100 % pinot noir, 85 € (cavistes).

Pour les carpaccios

C'est le designer mexicain Fernando Laposse qui donne tout son sens à cette cuvée de jouvence. Son thème, la pollinisation des fleurs nouvelles (jonquille, freesia), révèle la délicate énergie de ce 100 % chardonnay. Avec des carpaccios de bar, saint-jacques, langoustine, homard…
Perrier-Jouët, blanc de blancs, Fernando Laposse, 74 € (boutique en ligne et cavistes).

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ces jolis bruts à moins de 40 €

Valeurs sûres des instants choisis, ces bruts sont clairs et pétillants, floraux et fruités, rafraîchissants et intenses sans être consistants. Cette légèreté vineuse réveille en finesse les papilles, de l'apéritif à l'assiette fraîcheur…

Harmonieux

Spécialiste du blanc de blancs, étant situé dans un des grands vignobles du chardonnay classé Grand Cru (à Cramant), ce vigneron récoltant manipulant (RM) de la Côte des Blancs produit une bulle fruitée et vanillée, harmonieuse et apéritive, à un prix attractif.
Lilbert-Fils, Perle, Grand Cru, blanc de blancs, 33 € (cavistes).

Généreux

Née en 1950 à Vertus, en Premier Cru, sous l'impulsion de huit familles de vignerons, la marque fonctionne toujours selon le mode de la coopération. Ce 100 % chardonnay exprime toute sa générosité sur une vendange 2018 majoritaire. Avec sa bouche fraîche sur les agrumes et peu dosée en sucre, il sublime une volaille, un dos de lieu ou un bar mariné.
Paul Goerg, Premier Cru, blanc de blancs, 39,70 € (boutique en ligne).

Innovant

Cette maison d'Aÿ est en train de révolutionner le brut sans année, avec ses cuvées R, comme « Réflexion », qui se veulent être un miroir sincère de la nature, le temps d'une vendange, sans être pour autant millésimées. Intense et élégant, aux notes de fleurs blanches et d'agrumes propres à l'année 2020, ce R. 020 garde les codes de sa marque : fraîcheur et pureté.
Lallier, R. 020, 39,90 € (cavistes).

Sophistiqué

Élaborée par une cave coopérative de Reims, cette cuvée a du relief, tout en proposant une bouche pure grâce à son dosage extra-brut. Sa simplicité et son équilibre en font un vin de sensation tactile. Avec des huîtres.
Castelnau, extra-brut, 36 € (cavistes).

Printanier

Avec sa fraîcheur et sa volupté, cette cuvée signe le savoir-faire d'une belle coopérative installée à Reims. Idéal pour passer à table dès les beaux jours ou déguster sur le pouce des bouchées printanières. Peu dosé en sucre (7 g/l), mûri 5 ans en caves, ce champagne offre un profil aérien.
Jacquart, Signature B016, brut, 36 € (cavistes).

♥ Tonique

Dès l'apéritif, on apprécie le caractère tonique et élégant de ce premier cru. Cette cuvée « tradition » produite par Union Champagne, un collectif de vignerons basés à Avize, fief du chardonnay, est idéal pour un repas de famille, autour de viandes blanches ou d'un plateau de fromages.
De Saint-Gall, Le Tradition, Premier Cru, 37 € (boutique en ligne et cavistes).

Ode à la nature

Cuvées bio, issues de l'agriculture raisonnée ou produites sous le label Haute Valeur environnementale… Quand les bulles de champagne sont élaborées dans le respect de la nature, la coupe dévoile des vins plus authentiques.

♥ Sans artifice

C'est le raisin à nu dans toute sa beauté, sans ajout de sucre, au plus près de la nature. La gorgée est gourmande (brioche) et minérale, finement fruitée. Fraîcheur assurée à l'apéritif ou avec les produits de la mer. Créée par une superbe marque, cette cuvée est produite en viticulture durable à Tours-sur-Marne, dans la région d'Épernay.
Vranken, brut nature, 38 € (cavistes).

Fruité

Ce blanc de noirs à 90 % (presque exclusivement issu de raisins noirs) signe l'identité de cette marque de coopérateurs reconnue. Produits en viticulture biologique, pinot noir et pinot meunier (avec 10 % de chardonnay) offrent un fruit éclatant et de la fraîcheur. Idéal avec jambon cru, gambas grillées, rillettes de saumon et chaource.
Montaudon, Organic brut, 29,90 € (grandes surfaces).

Élégant

Cette maison familiale indépendante depuis 1859 pratique le négoce avec éthique et cultive l'excellence, la finesse absolue en mode biologique. Ce brut peu dosé (4 g/l) de Vertus (Côte des Blancs) est charpenté, avec des arômes fruités, vanillés, boisés et de la fraîcheur en signature. Idéal en apéritif, avec des verrines de la mer, et sur un tajine au citron ou une volaille grillée.
Duval-Leroy, cuvée bio, 48,70 € (cavistes).

Gastronomique

La pratique de la biodynamie, la préservation de l'écosystème et l'équilibre des terroirs (dont Grand Cru et Premier Cru) sont autant de priorités pour cette maison de 180 ans. Son credo : générosité d'une bulle destinée à la belle gastronomie. L'absence de fermentation malolactique assure la grande fraîcheur minérale. Avec saint-jacques, poissons grillés, viandes marinées…
Besserat de Bellefon, Triple B 2015, brut nature, 62 € (cavistes).

Gourmand

Créée en 2001 pour pointer le travail de précision sur les cépages, les assemblages et le dosage, la bannière collective Champagne de Vignerons regroupe près de 4 000 vignerons et coopératives. Leur viticulture moderne et certifiée responsable se traduit au travers de ce producteur bio qui offre un blanc de noirs (pinot noir) de la Côte des Bar au caractère fruité et gourmand.
Octave Goussard, Respect n°17-15, 34,50 € (cavistes).

Équilibré

Agriculture biologique pour ce champagne de coopérateurs élaboré à Chouilly, dans la région d'Épernay. Sa fraîcheur le destine à des mets de choix : gravlax de saumon fumé, œufs de poisson, huîtres au four en croûte de parmesan ; ou des bouchées apéritives : quiches de légumes, feuilletés…
Nicolas Feuillatte, Organic extra-brut, 42 € (cavistes).

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

La folie du champagne rosé !

Le réveil de la nature et des premières fleurs de printemps redonne ses couleurs à la vie. C'est le moment idéal de décliner les nuances de rose avec une bulle confidentielle, dont le succès est devenu frénétique : sa fantaisie enchante les amateurs, il charme, il ensorcelle, il fascine…

Il trouble

Avec sa teinte corail-bois de rose, on entre dans un univers troublant qui s'intensifie par son aromatique (grenade, litchi, rose…). Bulles de grande fraîcheur plus que de structure. Cette valeur sûre s'avance avec décontraction autant sur le salé (saumon gravlax, tataki de bœuf) que sur le sucré (desserts aux fruits). ***Ruinart, rosé, 92 ou 97 € avec la coque de papier recyclable (cavistes).***

Il captive

Le fameux Cordon Rouge se pare de rose et captive toujours autant le regard. Ses arômes juteux de fruits rouges, issus de ce précieux pinot noir sur les terroirs ancestraux, offrent une intensité (coulis de fruits rouges) idéale avec des tomates-mozzarella ou un saumon mariné aux airelles. ***G.H. Mumm, rosé brut, 38,90 € (grande distribution).***

Il emprisonne

Dès la première gorgée, on est ferré ! Cette maison familiale et indépendante donne au rosé une noblesse particulière. Le meilleur des années, le meilleur des cépages créent une bulle fraîche et minérale avec ce côté crayeux du terroir. Notes fugitives de fruits délicats qu'il emprisonne (groseille blanche ou à maquereau), puis libère. ***Henriot, rosé brut, 56 € (cavistes).***

Il attire

Beaucoup de fraîcheur et de fruit pour ce champagne qui casse les codes depuis sa récente création, en 2019. Il se revendique idéal pour un karaoké ! Son chardonnay majoritaire issu du Sézannais (terroir de craie) s'avère sensuel. Son étiquette créative attire l'œil ainsi que sa pastille qui vire au bleu une fois la bonne température de service atteinte… ***EPC, Blanc Rosé, 52,90 € (cavistes).***

Il fascine

Depuis 1955, cette très belle marque de vignerons coopérateurs élabore des cuvées à forte personnalité, fruitées et gourmandes, qui tiennent particulièrement bien dans le temps. Son bouquet de petits fruits rouges de printemps (fraise, cerise, framboise) fascine les papilles !
Beaumont des Crayères, Grand Rosé, 36 € (cavistes).

♥ Il ensorcelle

Avec son flacon antique et son étiquette fuchsia, le contraste est saisissant à l'œil mais aussi en bouche. Champagne rosé riche d'arômes (fruits rouges), structuré (enrobant et minéral), mais aussi fringant (une rondeur fruitée et fraîche), il est doté d'une bulle contemporaine. Cette maison familiale et indépendante nous ensorcelle toujours.
Gosset, Grand Rosé, 69 € (cavistes).

Il envoûte

Nouveau rosé édité par cette emblématique maison. Cuvée hommage à madame Clicquot qui crée en 1818 le tout premier rosé d'assemblage (en ajoutant un pinot noir sur silex pour teinter le blanc). Cette force et cette énergie, on les retrouve à la dégustation. L'artiste italienne Paola Paronetto, la « Papesse de la Couleur », personnalise ce fil conducteur.
Veuve Clicquot, La Grande Dame rosé, 250 € (cavistes).

Il charme

D'apéritif ou de dessert (tarte, salade, gratin de fruits rouges), ce rosé intense, croquant et velouté, délicieusement parfumé dit tout du clan familial qui donne son nom à la marque, à la fois haute en couleur et esthétiquement moderne, avec ce flacon transparent qui parle de sincérité et nous charme…
Taittinger, Prestige rosé, 62 € (cavistes).

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES P. 122

Jonathan Garnier

La « grabotte » devenue vigneron !

Entre le Beaujolais et la vallée du Rhône, aux portes de Lyon ou presque, découverte de l'appellation Coteaux du Lyonnais avec l'un de ses vignerons les plus prometteurs !

Texte **Pierrick Jégu.** Photos **Louis-Laurent Grandadam.**

Jonathan patrouille dans les rangs de vignes hirsutes de son domaine des Grabottes, le pas tranquille et la moustache aux aguets. Des herbes folles jusqu'aux genoux, indice d'une viticulture bio, il saisit une grappe et la propose à la dégustation. La baie claque sous la dent et libère un jus sucré encore chauffé par cette journée ensoleillée de fin septembre. Pour connaître la date des vendanges, le meilleur instrument, c'est le palais : si les pépins délivrent un goût toasté, c'est le moment de récolter. C'est le cas. « Il va falloir vite vendanger cette parcelle », juge Jonathan en regardant le soleil se coucher sur le paysage vallonné et « multi-cultures » de ce coin de la région lyonnaise. Les modestes domaines viticoles de la discrète appellation d'origine contrôlée (AOC) Coteaux du Lyonnais se fondent dans ce décor. Leurs vignobles, souvent morcelés, sont loin d'avoir le monopole de la géographie locale. Les terroirs ? Dans le nord de l'appellation, des galets roulés couvrent le sol. Dans la partie sud-ouest, sur le plateau mornantais où se situe Jonathan, le granit domine ; il s'en félicite : « On a des sols filtrants, qui donnent de la finesse aux jus. »

Des vins de caractère

L'AOC ne compte qu'une vingtaine de domaines – majoritairement en agriculture bio –, bien moins que l'immense région viticole voisine du Beaujolais. Avec cette dernière, elle partage des points communs : les sols granitiques et le cépage, le gamay. Mais les deux ne sont pas jumelles pour autant. « La grosse différence, c'est qu'on est plus méridionaux. On se situe au début de la vallée du Rhône. Le soleil donne plus de sève et rend les vins plus intenses », explique Jonathan pour décrire la forte personnalité des vins du Lyonnais. S'il ne cherche pas à faire des vins surpuissants, il n'aime pas non plus la grenadine. Sa quête ? La fraîcheur fruitée de cuvées désaltérantes et équilibrées. En cave, il évite par exemple de pratiquer le pigeage, destiné à mettre en contact le jus et les grappes pour donner davantage de matière au vin. Ses interventions se réduisent à un petit remontage quotidien – remonter du jus du bas de la cuve pour le verser doucement sur le chapeau de marc qui forme une sorte de couvercle en haut de la cuve. L'opération tient plus d'une douce infusion que de l'extraction brutale obtenue avec le pigeage. Les vins des Grabottes combinent ainsi fluidité et structure. « Je goûte beaucoup, précise-t-il. Depuis longtemps. » Avant de jongler avec les arômes, il s'est entraîné avec les casseroles dans les cuisines d'un restaurant, puis avec des bouteilles comme caviste. L'expérience fut profitable : « J'ai appris la dégustation. Je sais quel vin j'aime. »

Solitaire et solidaire

Cet après-midi-là, il fait chaud dans le chai. Les murs de plastique blanc et les cuves en fibre de verre donnent l'impression de visiter un frigo encombré de boîtes Tupperware : nous ne sommes pas dans les caves millénaires historiques de Bourgogne, l'ambiance est plutôt à la débrouille. Jonathan Garnier est seul à s'activer sur ses quatre hectares. Mais pas isolé et encore moins solitaire. Il compte aussi sur l'amicale du voisinage. Les raisins ont fini de macérer dans les cuves. Jonathan plonge les bras dans le fond bien chaud de la cuve et les retire rougis de jus et chargés de grappes. Son assistant du jour les transporte dans des bacs vers le pressoir pour obtenir le jus de presse. Aubry, éleveur de volailles fermières, vient souvent prêter ses biceps et son enthousiasme. L'entraide est courante entre vignerons : « Nous ne sommes pas ■■■

Fin septembre 2023, une dernière parcelle à vendanger ! Maturité imminente. Jonathan goûte ses raisins et fait confiance à son palais pour décider du moment idéal de la récolte.

JONATHAN GARNIER EN 3 QUESTIONS

● Votre plus grand souvenir de dégustation ?

La cuvée Oro de Marlène Soria, du domaine Peyre Rose. Goûté à l'aveugle, ce vin blanc issu d'un assemblage de plusieurs cépages du Sud, dont pas mal de vermentino, m'a mis une claque : je n'imaginais pas autant de finesse, de minéralité et de complexité sur un blanc du Languedoc.

● Votre accord mets-vins préféré ?

J'adore le gamay… Un côte-de-brouilly du Château Thivin ou un morgon du Domaine Louis-Claude Desvignes pour accompagner une pièce de bœuf grillée.

● Un coup de cœur ?

Outre le Beaujolais, j'aime aussi beaucoup le Roussillon, pour la beauté du vignoble, pour le grenache, dont je suis fan, et pour les nombreux domaines qui recherchent constamment le meilleur équilibre dans les vins. J'adore les cuvées du Roc des Anges et les blancs de chez Danjou-Banessy.

Il y a de la vie dans les parcelles de Jonathan… L'idée de la viticulture bio ? Se rapprocher au plus près de l'équilibre naturel entre la vigne, l'herbe et les plantes qui s'invitent dans les parcelles.

« EN CES TEMPS D'EXCÈS CLIMATIQUES, IL EST BON DE SE SERRER LES COUDES. »

▪▪▪ nombreux dans l'AOC. On se connaît tous. Quand je me suis installé, les collègues m'ont donné quelques conseils. Quand du matériel casse, on s'en prête ou on répare à plusieurs. » En ces temps d'excès climatiques, il est bon de se serrer les coudes. Au mois d'août 2022, juste avant les vendanges, le vigneron a vu 80 % de sa récolte mitraillée par les grêlons : « On s'est réunis à quelques-uns pour préparer des traitements inspirés de la biodynamie, à base d'arnica et de valériane, pour soigner les plantes, se souvient-il. Au moins, c'était bon pour le moral. » L'année suivante fut plus clémente, juste un tiers de destruction, mais suffisamment pour l'inciter à chercher de nouvelles vignes moins exposées.

À l'occasion, il imagine planter des cépages blancs plus adaptés au réchauffement que son chardonnay actuel : de l'aligoté, du grenache blanc ou des raisins blancs d'Espagne, capables de garder plus d'acidité sous le cagnard. Mais Jonathan n'a pas l'intention d'élargir le domaine, en tout cas pas au-delà de cinq hectares. Le jeune vigneron refuse de grandir. On le devine à son air d'ado de 40 ans : « La grabotte, c'est comme ça que m'appelait ma grand-mère. Ça veut dire le petit dernier en pur parler lyonnais. » ❖

Domaine des Grabottes, 69630 Chaponost.

QUELQUES VINS DU DOMAINE

Les Grabottines 2020
Sur les granits du secteur de Taluyers. Convivial, festif, le gamay dans la gourmandise et dans la finesse. Parfait à l'apéritif ou sur une grillade. Environ 12 € chez les cavistes.

Los Compadres 2020
Cette cuvée est issue du terroir de Millery. Ce gamay, un peu plus profond que le précédent, fait merveille sur de belles pièces de viande, comme du bœuf un peu maturé ou un agneau cuisiné à la méditerranéenne avec des épices et des herbes. Environ 15 € chez les cavistes.

Adieu j't'ai bu 2020
Assemblage des terroirs de Millery et de Taluyers. Cette cuvée est le joli compromis entre les deux précédentes, avec la fluidité des Grabottines et la profondeur de Los Compadres, et cette texture soyeuse comme une caresse. Environ 13 € chez les cavistes.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES P. 122

1. Après la phase de macération, les raisins rouges sont versés dans le pressoir pour être… pressés et libérer leur jus. **2. Jonathan prélève le jus** du bas de la cuve pour, à l'aide d'une pompe, le reverser sur le chapeau de marc en haut de la cuve : cette action, le remontage, permet d'extraire un peu de matière des parties solides de la vendange. **3. Après les vendanges,** goûter et encore goûter les vins dans les cuves, de manière à voir où en est le processus de vinification, la fermentation.

La crevette
Fine et iodée

Longtemps cantonnée au plateau de fruits de mer, la crevette est enfin de sortie. Elle s'habille de tempura pour croustiller sous la dent ou glisse sa chair croquante dans une pâte de raviole…

Texte **Lorenne Korr.** Recettes et stylisme **Valéry Drouet,** assisté de **Léa Drouet.** Photos **Pierre-Louis Viel.**

On en raffole, c'est prouvé : entre 2015 et 2020, la consommation de crevettes des Français a augmenté de 20 % (source : Businesscoot, 2023). Autrefois produit de luxe occasionnel, elle est presque devenue un aliment de base. Sa production nationale est toutefois loin de suffire à contenter nos envies, c'est pourquoi nous dépendons des importations. Les crevettes nordiques nous viennent du Groenland, du Canada, d'Islande… ; les tropicales, de Madagascar, d'Inde, d'Argentine, d'Asie, d'Afrique de l'Ouest… Débarquées des quatre coins du monde, elles nous tentent toute l'année sur les étals des poissonneries et dans les rayons surgelés. Mais la Rolls des crevettes reste le bouquet français. Pêchée au moment des grandes marées, la crevette la plus réputée est aussi celle qui affiche le prix le plus élevé : on aura tendance à la déguster dans son plus simple appareil pour profiter de sa saveur unique.

Une couleur légendaire

Qu'elle vienne d'ici ou d'ailleurs, avant d'être cuite, la crevette rose est… grise. C'est au moment de la cuisson que le pigment rose (appelé astaxanthine) se révèle. Étonnant, le livre de cuisine référent des années 1950, *L'Art culinaire moderne*, relate que, pour obtenir des carapaces de crevettes d'un rose franc, les pêcheurs les jetaient vivantes dans une eau bien salée et bouillante, puis plongeaient dans l'eau de cuisson un tisonnier ou un fer rougi au feu… À moins de résider près de l'Océan, on trouve peu de crevettes vivantes de nos jours (et encore moins de tisonniers). En cuisine, évitez de les faire cuire trop longtemps : elles y perdent du poids, du volume et prennent facilement une consistance caoutchouteuse. Et pour que le goût et la qualité soient au rendez-vous, privilégiez des crevettes portant une certification de pêche durable (ASC, MSC…). ❖

BISQUE DE CREVETTES, CROÛTONS ET CHANTILLY AU SÉSAME

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 1 h

■ 400 g de crevettes roses moyennes ■ 1 oignon jaune ■ 2 gousses d'ail ■ 1 petit piment vert doux ■ 1 carotte ■ 1 c. à café bombée de concentré de tomates ■ 40 cl de crème liquide entière ■ 2 tranches de pain de campagne ■ 1 c. à soupe bombée de graines de sésame noir et doré ■ 8 cl d'huile d'olive ■ 1 brin de thym ■ Sel, poivre

1. Épluchez et hachez l'oignon, les gousses d'ail et le piment, épluchez, lavez et coupez la carotte en petits morceaux. Coupez les crevettes en gros morceaux avec un couteau.

2. Faites fondre l'oignon, l'ail et le piment 5 min, sur feu moyen, dans une casserole, avec la moitié de l'huile d'olive. Ajoutez les crevettes en morceaux, la carotte et le concentré de tomates. Augmentez le feu, laissez-les roussir 5 min sur feu vif en mélangeant. Versez 1,5 litre d'eau dans la casserole. Salez, poivrez, ajoutez le thym, portez à ébullition, puis laissez cuire 20 min sur feu moyen. Ajoutez 25 cl de crème, faites cuire encore pendant 15 min sur feu moyen.

3. Mixez le tout avec un mixeur plongeant, filtrez la bisque dans une casserole propre avec une passoire pas trop fine, mixez-la encore pour bien la lisser, puis gardez la bisque au chaud sur feu très doux.

4. Montez la crème en chantilly bien ferme avec du sel et du poivre, ajoutez les graines de sésame, mélangez.

5. Coupez le pain en croûtons, faites-les rissoler dans une poêle avec le reste de l'huile d'olive, égouttez-les sur une feuille de papier absorbant.

6. Servez la bisque dans des bols ou des assiettes, déposez la chantilly dessus et dégustez avec les croûtons.

Notre conseil vin
Un saint-bris

CURRY DE CREVETTES ET NOUILLES SAUTÉES AUX CHAMPIGNONS NOIRS

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 40 min

■ 28 grosses crevettes roses ■ 400 g de nouilles de blé asiatiques ■ 2 champignons noirs séchés ■ 1 oignon rouge ■ 4 gousses d'ail ■ 1 c. à café rase de gingembre en poudre ■ 2 clous de girofle ■ 1 c. à café de poivre noir en grains ■ 2 c. à soupe de graines de moutarde ■ 2 pincées de cannelle en poudre ■ 1 c. à café rase de curcuma ■ Les graines de 10 capsules de cardamome ■ 1 grosse c. à soupe de pâte de curry rouge ■ 5 cl de vinaigre de xérès ■ 5 cl de sauce soja sucrée ■ 8 cl d'huile de tournesol ■ Sel

1. Mettez les champignons noirs à tremper dans un grand bol d'eau froide. Décortiquez les crevettes.
2. Mettez le gingembre, les clous de girofle, le poivre, les graines de moutarde et de cardamome, la cannelle et le curcuma dans un mini-hachoir. Faites tourner pour obtenir une poudre grossière. Salez et ajoutez le vinaigre pour obtenir une pâte.
3. Épluchez et émincez l'oignon et l'ail. Faites-les fondre 5 min, sur feu moyen, dans une grande poêle, avec la moitié de l'huile. Ajoutez la pâte d'épices et la pâte de curry, mélangez, laissez roussir 5 min sur feu moyen. Ajoutez 20 cl d'eau, laissez cuire 5 min puis ajoutez les crevettes, laissez mijoter le tout 10 min sur feu doux.
4. Faites cuire les nouilles dans une grande casserole d'eau bouillante salée le temps indiqué sur le paquet. Égouttez et émincez finement les champignons noirs.
5. Égouttez les nouilles, faites-les rissoler dans une poêle sur feu moyen avec les champignons et le reste de l'huile. Déglacez la poêle avec la sauce soja.
6. Servez le curry avec les nouilles sautées.

Notre conseil vin
Un graves blanc

Une sauce maison au goût unique, composée de plusieurs épices

BROCHETTES DE CREVETTES AU SATÉ, SALADE DE POIVRONS GRILLÉS À L'AIL ET AU GINGEMBRE

Pour 4 personnes
Préparation : 30 min
Repos : 3 h **Cuisson :** 40 min

■ 20 grosses crevettes roses ■ 2 c. à soupe de saté (en épicerie asiatique) ■ 2 citrons verts ■ 4 gros poivrons rouges ■ 2 gousses d'ail ■ 4 cm de gingembre frais ■ 6 feuilles de basilic ■ 8 cl d'huile d'olive ■ Sel, poivre
Ustensiles : Piques à brochette

1. Préchauffez le four à 180 °C. Lavez et enveloppez chaque poivron avec une feuille de papier aluminium. Déposez-les sur une plaque de four et faites-les cuire 35 à 40 min. Au bout de ce temps, sortez-les et laissez-les refroidir.
2. Retirez délicatement la peau des poivrons, rincez-les sous un filet d'eau froide, égouttez-les dans une passoire, puis mettez-les dans un récipient.
3. Épluchez et hachez l'ail, épluchez et râpez le gingembre. Ajoutez l'ail, le gingembre, 5 cl d'huile d'olive, du sel et du poivre dans les poivrons, mélangez délicatement, placez-les au moins 3 h au réfrigérateur.
4. Pressez les 2 citrons verts pour recueillir leur jus. Décortiquez les crevettes, mettez-les dans un récipient avec le saté, le jus des citrons verts et du sel. Couvrez et placez 3 h au réfrigérateur.
5. Montez les brochettes de crevettes, faites-les dorer 2 min de chaque côté dans une poêle, sur feu moyen, avec le reste de l'huile d'olive.
6. Servez les brochettes aussitôt, avec la salade de poivrons marinés. Parsemez de basilic ciselé.

Notre conseil vin
Un côtes-de-provence rosé

RAVIOLES DE CREVETTES, BOUILLON AUX HERBES

Pour 4 personnes
Préparation : 40 min
Cuisson : 45 min

■ 16 grosses crevettes roses ■ 16 carrés de pâte à ravioli fraîche (au rayon frais des supermarchés ou en épicerie asiatique) ■ 1 oignon jaune moyen ■ 1 carotte ■ 1/2 bâton de citronnelle ■ 1 petit bouquet d'herbes fraîches (ciboulette, basilic, coriandre, aneth,…) ■ 1 c. à café rase de wasabi ■ 2 c. à soupe de nuoc-mam ■ 4 c. à soupe d'huile d'olive ■ 20 g de beurre ■ Sel, poivre
Ustensile : 1 emporte-pièce de 10 cm

1. Épluchez et coupez la carotte en petits morceaux, épluchez et hachez l'oignon, ciselez la citronnelle. Décortiquez les crevettes. Faites saisir les têtes et les carapaces 2 min dans une casserole, sur feu moyen, avec 3 c. à soupe d'huile. Ajoutez les morceaux de carotte, la moitié de l'oignon, la citronnelle et 1,5 litre d'eau. Salez, poivrez, faites bouillir 30 min sur feu moyen pour obtenir un bouillon bien parfumé.
2. Ciselez les herbes, hachez grossièrement les queues de crevettes. Faites fondre le reste de l'oignon pendant 3 min, dans une poêle, avec le reste de l'huile d'olive. Ajoutez les queues de crevettes et le nuoc-mam, laissez rissoler 2 min sur feu moyen, puis hors du feu ajoutez 1/3 des herbes, le wasabi, du sel et du poivre, mélangez puis laissez refroidir.
3. À l'aide d'un emporte-pièce de 10 cm de diamètre, détaillez 16 disques de pâte. Humidifiez la moitié des disques de pâte avec un peu d'eau. Déposez la farce au centre de chaque puis recouvrez avec les autres disques, en appuyant avec les doigts pour former les ravioles.
4. Faites frémir le bouillon de crevettes dans une casserole, plongez les ravioles dedans pendant 3 à 4 min. Égouttez les ravioles, déposez-les dans des bols ou des assiettes creuses.
5. Augmentez le feu de la casserole du bouillon. Ajoutez le beurre, mixez 30 s. Ajoutez le reste des herbes dans le bouillon, versez-le sur les ravioles et dégustez aussitôt.

Notre conseil vin
Un entre-deux-mers

CREVETTES CRISPY, SALADE DE CHOU CHINOIS AUX CACAHUÈTES, SAUCE AIGRE-DOUCE

Pour 4 personnes
Préparation : 30 min
Cuisson : 30 min

■ 24 crevettes roses moyennes ■ 150 g de chapelure panko (japonaise) ou classique ■ 3 jaunes d'œufs ■ 200 g de chou chinois ■ 4 feuilles de chou kale ■ 120 g de cacahuètes en coque décortiquées ■ 1 petite carotte ■ 1 c. à soupe de Maïzena ■ 10 cl de vinaigre de riz ■ 15 g de sucre ■ Huile pour friture ■ Sel, poivre
Ustensile : 1 friteuse

1. Épluchez et râpez finement la carotte. Mettez le vinaigre dans une casserole avec le sucre et la carotte, faites bouillir 5 min sur feu moyen, laissez refroidir.
2. Faites bouillir une casserole d'eau froide, plongez les feuilles de chou kale 2 min dans l'eau bouillante. Égouttez-les et rafraîchissez-les sous l'eau froide, essuyez-les dans un torchon pour enlever le maximum d'eau.
3. Lavez et émincez le chou chinois, mettez-le dans un bol, versez la sauce aigre-douce à la carotte dessus, mélangez et placez au réfrigérateur.
4. Décortiquez les crevettes. Mettez-les dans un grand bol, saupoudrez-les de Maïzena, mélangez pour bien les enrober, puis passez-les dans les jaunes d'œufs battus avec 5 cl d'eau froide, et enfin dans la chapelure.
5. Faites chauffer l'huile à 180 °C dans une friteuse. Faites frire les crevettes 1 à 2 min par petites quantités, égouttez-les sur une feuille de papier absorbant.
6. Faites frire les feuilles de chou kale 10 s, égouttez-les sur une feuille de papier absorbant.
7. Ajoutez les cacahuètes grossièrement concassées dans la salade de chou. Servez les crevettes et le chou kale avec la salade de chou chinois aux cacahuètes.

Notre conseil vin
Un vouvray demi-sec

Pão de queijo

De délicieux petits pains brésiliens

Avec leur croûte dorée et leur mie fondante, ces craquantes bouchées brésiliennes sont à mi-chemin entre les gougères et le pain. Petit bonus : grâce à l'utilisation de farine de tapioca, elles sont dépourvues de gluten.

Recette et stylisme **Marie-Laure Fréchet.** Photos **Valérie Lhomme.**

Pour 12 à 15 pièces
Préparation : 25 min
Cuisson : 30 min

■ 10 cl d'huile de tournesol ■ 10 cl d'eau ■ 15 cl de lait ■ 250 g de farine de tapioca ■ 150 g de fromage à pâte dure (emmental, cheddar, grana padano ou un mélange) ■ 1 œuf ■ 1/4 de c. à café de levure chimique ■ 1/2 c. à café de sel

1. Préchauffez le four à 180 °C.
2. Dans une casserole, versez l'eau, le lait ainsi que l'huile et portez le tout à frémissement.
3. Versez la farine dans une terrine avec la levure et le sel, mélangez à l'aide d'une spatule. Détaillez le fromage en petits dés.
4. Faites un puits dans la farine et versez le mélange chaud **(photo 1).** Travaillez le tout pour bien l'amalgamer (d'abord avec une spatule pour ne pas vous brûler, puis à la main). Ajoutez ensuite les œufs un à un **(photo 2),** en veillant à bien les incorporer **(photo 3).** Ajoutez pour finir les dés de fromage **(photo 4).**
5. Façonnez des boules de la taille d'une noix et déposez-les sur une plaque de cuisson légèrement huilée ou tapissée de papier cuisson **(photo 5).**
6. Enfournez et faites cuire 30 min environ, jusqu'à ce que les petits pains soient gonflés et dorés.

UNE FARINE À DÉCOUVRIR

Le *pão de queijo* se déguste traditionnellement au petit déjeuner ou en en-cas. Les deux ingrédients de base sont un fromage brésilien, *meia cura,* et une sorte de farine de tapioca, *polvilho azedo,* littéralement « tapioca acide ». Pour ce tapioca, l'amidon extrait du manioc subit une fermentation avant d'être séché, ce qui lui donne un léger goût acide. Il a aussi un effet levuré, qui permet d'obtenir une pâte très aérée. À défaut de la version originale (uniquement en épicerie brésilienne), utilisez de la farine de tapioca (en épicerie asiatique ou africaine) ou de la fécule de tapioca (en épicerie bio).
Le tapioca ne convient pas, car il est granuleux.

1

2

3

4

À déguster sur le pouce
ou en accompagnement d'une
salade ou d'une soupe

DE BONNE TAILLE

Il est préférable de hacher finement le fromage plutôt que de le râper, pour éviter qu'il ne fonde dans la pâte.

La blanquette de veau

Revendiquée par de nombreuses régions de France, la recette que nous connaissons aujourd'hui apparaît à la fin du XIXe siècle. Passé entre les mains d'un chef, ce monument de la cuisine familiale devient un plat raffiné aux légumes ciselés et ponctué d'une pointe de vanille.

Recettes et stylisme **Valéry Drouet,** assisté de **Léa Drouet.** Photos **Pierre-Louis Viel.**

Version tradi

Quand le plat du dimanche
se transforme en
composition raffinée...
Version chef

LA BLANQUETTE DE VEAU
VERSION TRADI

Pour 4 personnes
Préparation : 45 min
Cuisson : 2 h

■ 1 kg d'épaule de veau ■ 200 g de petits oignons grelot ■ 400 g de champignons de Paris ■ 1 bouquet garni ■ 1 grosse carotte ■ 1 gros oignon ■ 1 branche de céleri ■ 1 poireau ■ 2 clous de girofle ■ 30 cl de crème liquide entière ■ 70 g de beurre ■ 1 jaune d'œuf ■ 1 c. à soupe de sucre semoule ■ Sel, poivre

1. Coupez la viande en gros morceaux. Lavez les légumes, épluchez la carotte, le poireau et l'oignon, piquez ce dernier des clous de girofle.
2. Mettez la viande dans une grande casserole ou une cocotte, couvrez d'eau froide, puis portez à ébullition 2 min. Égouttez et rincez la viande sous l'eau froide. Remettez-la dans la cocotte propre avec la carotte, le poireau, le céleri, l'oignon piqué des clous de girofle, le bouquet garni, quelques grains de poivre et du sel. Couvrez d'eau froide et portez à ébullition. Retirez la mousse avec une écumoire, couvrez la cocotte et laissez cuire 1 h 15 sur feu moyen, en écumant régulièrement.
3. Épluchez les oignons grelot. Mettez-les dans une casserole avec 30 g de beurre, le sucre, du sel et du poivre. Versez de l'eau aux trois quarts de la hauteur des oignons. Couvrez-les avec une feuille de papier cuisson, puis faites cuire 15 à 20 min sur feu moyen, jusqu'à ce que l'eau soit évaporée et que les oignons soient légèrement caramélisés.
4. Lavez les champignons et coupez-les en quartiers. Faites-les cuire 6 à 8 min dans une poêle, sur feu vif, avec le reste du beurre, salez et poivrez.
5. À la fin de la cuisson de la blanquette, laissez reposer la viande 15 min dans le bouillon.
6. Mélangez le jaune d'œuf dans un ramequin avec 2 c. à soupe de crème liquide.
7. Égouttez la viande, filtrez 1 litre de bouillon, remettez-le dans la casserole ou la cocotte propre. Faites-le bouillir 5 min sur feu vif, puis ajoutez le reste de crème liquide. Laissez frémir 15 min, sur feu moyen, pour faire réduire la sauce. Une fois la sauce réduite, hors du feu, ajoutez le jaune d'œuf délayé avec la crème, en fouettant.
8. Mettez les morceaux de viande, les petits oignons et les champignons dans la sauce, faites chauffer le tout sur feu doux – surtout sans faire bouillir – et servez accompagné de riz ou de pâtes fraîches.

Notre conseil vin
Un mâcon blanc ou rouge

LA BLANQUETTE DE VEAU
VERSION CHEF

Pour 4 personnes
Préparation : 45 min
Cuisson : 2 h

■ 1 kg d'épaule de veau ■ 200 g de petits oignons grelot ■ 150 g de champignons de Paris ■ 2 gros navets ■ 1 grosse carotte ■ 8 petites carottes fanes ■ 1 branche de céleri ■ 1 poireau ■ 1 gros oignon ■ 1 bouquet garni ■ 2 clous de girofle ■ 1 c. à café de Maïzena ■ 1 c. à soupe de sucre semoule ■ 1/2 gousse de vanille ■ 30 cl de crème liquide entière ■ 50 g de beurre ■ Sel, poivre

1. Coupez la viande en cubes de 3 cm de côté. Lavez et épluchez la grosse carotte et le poireau, pelez l'oignon et piquez-le des clous de girofle.
2. Mettez la viande dans une grande casserole ou une cocotte, couvrez d'eau froide, puis portez à ébullition 2 min. Égouttez et rincez la viande sous l'eau froide. Remettez-la dans la cocotte propre avec la carotte, le poireau, le céleri, l'oignon piqué des clous de girofle, le bouquet garni, quelques grains de poivre et du sel. Couvrez d'eau froide et portez à ébullition. Retirez la mousse qui se forme, avec une écumoire, puis couvrez la cocotte et laissez cuire 1 h 15 sur feu moyen, en écumant régulièrement.
3. Épluchez les oignons grelot, lavez et épluchez les carottes fanes (réservez quelques fanes pour la décoration du plat) et les navets, taillez les navets en dés. Faites fondre 30 g de beurre dans une sauteuse, ajoutez les oignons, les dés de navet ainsi que les carottes et laissez dorer 2 min. Ajoutez le sucre, du sel et du poivre. Versez de l'eau aux trois quarts de la hauteur des légumes. Couvrez-les avec une feuille de papier cuisson, puis faites-les cuire 15 min sur feu moyen, jusqu'à ce que l'eau soit évaporée et qu'ils soient légèrement caramélisés.
4. Lavez et émincez les champignons. Faites-les dorer 3 min dans une poêle, sur feu moyen, avec le reste du beurre, salez et poivrez.
5. À la fin de la cuisson de la blanquette, laissez reposer la viande 15 min dans le bouillon. Égouttez la viande, filtrez 60 cl de bouillon, remettez-le dans la casserole ou la cocotte propre. Faites-le bouillir 5 min sur feu vif, puis ajoutez la crème. Laissez réduire 15 min sur feu moyen. Une fois la sauce réduite, versez la Maïzena préalablement délayée dans une tasse avec un peu d'eau froide, ajoutez les graines de la demi-gousse de vanille et mixez avec un mixeur plongeant.
6. Mettez la viande à réchauffer dans la sauce. Faites chauffer les légumes à part.
7. Déposez les morceaux de viande et les légumes en dôme sur les assiettes, nappez de sauce, décorez avec quelques fanes de carotte et dégustez.

Notre conseil vin
Un chassagne-montrachet blanc ou rouge

KITCHENMANIA

La nouvelle chaîne
des passionnés de cuisine

© 2022 Cable News Network, Inc. A WarnerBros. Discovery Company. All rights reserved

SÉRIE DOCUMENTAIRE INÉDITE

STANLEY TUCCI
VOYAGE CULINAIRE EN ITALIE

À LA DÉCOUVERTE DE LA CULTURE ITALIENNE SUR LA TERRE DE SES ORIGINES

Un service de streaming Mediawan

orange · free · prime video | CHANNELS

DISPONIBLE EN OUTRE-MER SUR myCANAL

Sous la croûte dorée et croustillante, un étonnant cœur moelleux…

Gâteau basque à la rhubarbe et aux pommes

À la cerise noire ou à la crème pâtissière ? Le débat fait rage chez les puristes quant à la recette traditionnelle de ce « gâteau de la maison » (traduction de son nom régional, « etxeko bixkotxa »). Ici, il nous surprend par la pointe acidulée de la rhubarbe mêlée à la douceur des pommes.

Recette et stylisme **Delphine Brunet.** Photos **Éric Fénot.**

Pour 6 à 8 personnes
Préparation : 30 min
Repos : 1 h **Cuisson :** 1 h 05

Pour la pâte : 1 œuf + 3 jaunes ■ 150 g de sucre ■ 180 g de beurre demi-sel mou ■ 300 g de farine ■ 1/2 sachet de levure
Pour la farce : 2 pommes ■ 250 g de rhubarbe ■ 70 g de sucre roux ■ 50 g de beurre ■ 1 sachet de sucre vanillé ■ 2 c. à soupe d'eau de fleur d'oranger ■ 1 jaune d'œuf pour la dorure
Ustensiles : 1 moule à manqué ■ 1 pinceau de cuisine

1. Préparez la pâte. Dans un saladier, mélangez l'œuf et les 3 jaunes avec le sucre, ajoutez le beurre demi-sel en dés, la farine et la levure tamisées ensemble. Mélangez bien, formez une boule **(photo 1)** et réservez de 30 min à 1 h au réfrigérateur.
2. Épluchez les pommes et coupez-les en dés **(photo 2).** Détaillez les tiges de rhubarbe en petits tronçons.
3. Préparez la farce. Faites fondre le beurre dans une poêle, ajoutez les pommes et la rhubarbe, saupoudrez-les de sucre et de sucre vanillé, ajoutez l'eau de fleur d'oranger, couvrez et faites cuire 10 min. Retirez le couvercle et laissez cuire encore 10 min, en mélangeant régulièrement.
4. Coupez la pâte en deux morceaux inégaux : 1/3 pour le « couvercle » et 2/3 pour le fond de tarte. Au rouleau, étalez chaque pâton entre 2 feuilles de papier cuisson.
5. Préchauffez le four à 170 °C en mode chaleur tournante. Foncez un moule à manqué avec le disque de pâte le plus grand, en faisant remonter la pâte sur les bords, puis répartissez la compotée de fruits et recouvrez avec la deuxième pâte **(photo 3).** Soudez bien les bords. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez le dessus avec le jaune d'œuf délayé avec 1 c. à café d'eau. Zébrez la surface avec les dents d'une fourchette et enfournez pour 45 min.
6. Laissez refroidir le gâteau dans le moule, démoulez et servez.

Notre conseil d'accompagnement
Un pacherenc-du-vic-bilh ou un thé blanc de Chine

1

Mélangez tous les ingrédients de la pâte jusqu'à former une boule homogène, puis réservez au frais.

2

Coupez les pommes en petits dés avant de les faire compoter avec les tronçons de rhubarbe.

3

Recouvrez les fruits en appuyant sur le pourtour pour bien souder les deux disques de pâte.

Gourmandes **focaccias**

Ces italiennes à la peau dorée et au cœur tendre font le régal des repas sur le pouce, en guise de tartines gourmandes, avec une salade ou à l'apéritif. On se lance !

Texte **Lorenne Korr.**

UNE SEMOULE PEUT EN CACHER UNE AUTRE

La *semola rimacinata di grano duro* (semoule de blé dur moulue deux fois) a un grain plus fin et une couleur plus claire que la semoule. Elle est idéale pour les pizzas, les fougasses et autres pâtes levées. Elle se trouve en épicerie italienne ou sur internet.

À l'œil, elle ressemble étrangement à une pâte à pizza incroyablement aérée et n'est pas sans rappeler notre fougasse provençale. Au nez, c'est la douceur de l'huile d'olive mêlée au parfum chaud de la mie qui annonce la saveur. « Elle », c'est la focaccia, ce pain plat traditionnel constitué de farine de blé, d'huile d'olive, d'eau, de sel et de levure, et pétri à la main. À l'origine, dans la Rome antique, on l'appelait *panis focacius*, *focus* signifiant « foyer », car elle était cuite sous la braise, le but étant d'obtenir une croûte dorée et un cœur moelleux. Ses ingrédients simples et efficaces en faisaient un plat populaire qui, depuis, a conquis le monde entier. Et pour cause : en solo, elle peut accompagner un potage ou un repas ; généreusement garnie de fromage, de charcuterie, d'oignons et de fines herbes, elle se déguste à l'apéritif, en entrée, en plat ou en en-cas, accompagnée d'une salade (un peu typée, comme de la roquette ou du cresson, c'est encore meilleur).

Les secrets de la réussite

Pour la confectionner, pas de piège, mais quelques conditions à remplir. Veillez à laisser la pâte lever longuement : les recettes traditionnelles préconisent un temps de levée de 6 à 8 heures ! Pour étaler la pâte, oubliez le rouleau à pâtisserie, qui la rendrait trop compacte ; vos mains huilées feront un meilleur travail. Enfin, au moment de l'enfourner, prenez le temps de faire des alvéoles dans la pâte, sans la transpercer : enfoncez vos doigts sur toute la surface, pour que l'huile s'y loge, assurant une saveur gourmande après cuisson. Et si, par le plus grand des hasards, tout n'a pas été dévoré le jour même, enveloppez-la dans du papier cuisson, puis dans un torchon. Un passage au four le lendemain lui rendra toute sa gourmandise. ❖

FOCACCIA AUX TOMATES SÉCHÉES, COPPA ET BURRATA

Pour 6 personnes
Préparation : 25 min
Repos : 4 h
Cuisson : 20 min

■ 330 g de farine manitoba ■ 170 g de semoule de blé dur remoulue (semola rimacinata di grano duro) ■ 140 g de pommes de terre cuites à l'eau ■ 3 g de levure de boulanger déshydratée ■ Huile d'olive ■ Sel
Pour la garniture : 250 g de burrata ■ 180 g de tomates cerise ■ 60 g de tomates séchées à l'huile ■ 60 g de coppa en tranches ■ Quelques brins de marjolaine ■ Huile d'olive ■ Poivre
Ustensile : 1 plaque à pâtisserie de 30 x 40 cm

1. Préparez la pâte. Mélangez dans un saladier la farine, la semoule, la levure et les pommes de terre réduites en purée. Pétrissez en ajoutant 27,5 cl d'eau. Laissez reposer 20 min, puis incorporez 8 g de sel et 12 cl d'eau supplémentaires.

2. Étalez un peu la pâte, repliez-la sur elle-même en forme de portefeuille et laissez reposer 20 min. Répétez l'opération deux fois. La deuxième fois, ajoutez les tomates séchées égouttées et grossièrement hachées ainsi que quelques feuilles de marjolaine.

3. Transférez la pâte dans un récipient huilé, couvrez de film alimentaire et laissez lever jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume (2 à 5 h, selon la température ambiante).

4. Huilez une plaque à pâtisserie de 30 x 40 cm, étalez-y la pâte et laissez-la lever 1 à 2 h.

5. Faites cuire la focaccia 20 min dans le four préchauffé à 220 °C. Coupez les tomates cerise en petits quartiers, salez-les et arrosez d'huile d'olive.

6. Sortez la focaccia du four et garnissez-la, encore chaude, de burrata en morceaux, de tomates cerise, de coppa, de marjolaine et de poivre moulu.

Notre conseil vin
Un lambrusco rouge

© Photos Sunray

FOCCACIAS AU PESTO ET AUX COURGETTES MARINÉES

Pour 4 pièces
Préparation : 45 min
Repos : 4 h 10 **Cuisson :** 25 min

■ 400 g de farine manitoba ■ 2 g de levure de boulanger déshydratée ■ 5 g de sucre ■ Huile d'olive ■ Sel
Pour le pesto : 1 botte de basilic ■ 60 g de parmesan râpé ■ 20 g de pecorino ■ 30 g de pignons ■ 1 gousse d'ail ■ Huile d'olive
Pour les courgettes : 4 courgettes ■ 1/2 gousse d'ail ■ 1 brin de basilic ■ Huile d'olive
Ustensile : 1 mandoline

1. Préparez le pesto. Mixez les feuilles de basilic, les fromages, l'ail pelé et dégermé, les pignons et suffisamment d'huile pour obtenir une sauce fluide. Salez.
2. Préparez la pâte. Mélangez la farine, la levure et le sucre dans un bol. Incorporez 20 cl d'eau et laissez reposer 20 min. Ajoutez 8 g de sel et 8 cl d'eau, mélangez, puis incorporez 1,5 cl d'huile et pétrissez pendant 2 min. Étalez un peu la pâte, repliez-la sur elle-même pour former un portefeuille et laissez reposer 20 min. Répétez l'opération encore deux fois. La deuxième fois, ajoutez les deux tiers du pesto avant de la replier. Placez la pâte dans un bol huilé, couvrez de film alimentaire et laissez lever jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume (2 à 5 h, selon la température ambiante).
3. Divisez la pâte en 4 boules et laissez-les reposer pendant 10 min. Ensuite, aplatissez-les et étalez-les délicatement pour former des bandes allongées. Déposez-les sur 2 plaques à pâtisserie recouvertes de papier cuisson et laissez-les lever pendant 1 à 2 h.
4. Taillez les courgettes en fines lanières à l'aide d'une mandoline. Assaisonnez-les de sel, d'huile, d'ail émincé et de quelques feuilles de basilic hachées, laissez mariner pendant 30 min.
5. Enfournez les focaccias 15 min dans le four préchauffé à 200 °C. Au bout de ce temps, garnissez-les de lanières de courgette marinées, puis faites cuire encore 10 min.
6. Servez parsemé de poivre, de basilic et arrosé du reste du pesto délayé avec 2 c. à soupe d'eau et 2 c. à soupe d'huile.

Notre conseil vin
Un bandol blanc

LA FARINE MANITOBA, IDÉALE POUSSES LENTES

La farine de blé tendre manitoba est une farine professionnelle, utilisée en Italie par les *pizzaioli.* Riche en protéines (15 %), elle a la particularité de supporter les temps de levée très longs (plus de 24 h). Elle est idéale pour les pizzas ou les panettones. Elle se trouve en épicerie italienne et sur internet. À défaut, remplacez-la par une farine T55.

FOCACCIA À LA TOMME ET AU CHORIZO

Pour 8 personnes
Préparation : 40 min
Repos : 3 h 40
Cuisson : 25 min

■ 400 g de farine T45 ■ 2 g de levure de boulanger déshydratée ■ 5 g de sucre ■ Huile d'olive ■ Sel
Pour la garniture : 100 g de chorizo ■ 300 g de tomme de brebis ■ Quelques pluches de fenouil ■ Huile d'olive

1. Préparez la pâte. Mélangez dans un saladier la farine, le sucre et la levure. Ajoutez ensuite 20 cl d'eau et pétrissez. Laissez reposer la pâte pendant 20 min, puis ajoutez 8 g de sel et 8 cl d'eau. Enfin, ajoutez 2 cl d'huile. Pétrissez la pâte jusqu'à ce qu'elle soit lisse, puis placez-la dans un récipient huilé et laissez-la reposer encore 20 min.
2. Étalez un peu la pâte, repliez-la sur elle-même en portefeuille et laissez reposer 20 min. Répétez l'opération deux fois.
3. Placez la pâte dans un saladier huilé, couvrez-la de film alimentaire et laissez-la lever jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume (2 à 5 h, selon la température ambiante).
4. Divisez la pâte en deux portions, formez deux boules, couvrez-les d'un linge et laissez-les reposer 20 min. Étalez-les ensuite en 2 disques de 28 cm de diamètre.
5. Placez un disque sur une plaque à pâtisserie huilée, recouvrez de dés de chorizo, de tomme émiettée, arrosez d'un peu d'huile et couvrez avec la deuxième pâte. Scellez les bords en les pinçant, arrosez d'un peu d'huile et cuisez 25 min dans le four préchauffé à 200 °C.
6. Parsemez de pluches de fenouil au moment de servir.

Notre conseil vin
Un côtes-de-provence rosé

ENVIE D'UNE RECETTE SANS PÉTRISSAGE ?

Délayez 12 g de levure de boulanger déshydratée dans 700 g d'eau. Dans un grand récipient, mélangez 750 g de farine 00 ou T55 avec 15 g de sel fin, puis versez la moitié du mélange eau-levure. Mélangez à la spatule en bois pour hydrater la farine, puis versez le reste du mélange et un bon trait d'huile d'olive (4 c. à soupe), mélangez de nouveau à la cuillère. Couvrez de film étirable et placez 12 h au réfrigérateur. Placez la pâte dans un plat rectangulaire (35 x 25 x 5 cm) huilé, répartissez-la bien. Laissez reposer 1 h 30 à température ambiante (elle va faire des bulles). Arrosez d'un filet d'huile d'olive, puis plongez le bout des doigts pour y faire des alvéoles. Parsemez de fleur de sel et de thym. Enfournez 30 min dans le four préchauffé à 220 °C.

© Photos Sunray

FOCACCIA AUX OIGNONS ROUGES ET AU CITRON

Pour 4 personnes
Préparation : 45 min
Repos : 5 h 20
Cuisson : 30 min

■ 30 g de farine manitoba ■ 75 g de farine T65 ■ 2 g de levure de boulanger déshydratée ■ 5 g de sucre ■ Huile d'olive ■ Sel
Pour la garniture : 3 petits oignons rouges ■ 1 citron bio ■ 1 brin de menthe ■ 1 brin de thym ■ Quelques pincées de piment
Ustensile : 1 plaque de cuisson de 22 x 30 cm

1. Préparez la pâte. Mélangez les deux farines dans un saladier, avec le sucre et la levure. Incorporez 17,5 cl d'eau et laissez reposer 20 min. Ajoutez 8 g de sel et 10 cl d'eau, en pétrissant. Ajoutez enfin 2 cl d'huile, pétrissez une dernière fois. Laissez reposer la pâte dans un bol huilé pendant 20 min. Étalez-la un peu de nouveau, repliez-la sur elle-même en portefeuille et laissez reposer 20 min. Répétez l'opération encore deux fois. Laissez ensuite la pâte lever dans le récipient huilé et couvert avec du film alimentaire, jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume (2 à 5 h, selon la température ambiante).
2. Transférez la pâte sur une plaque de cuisson de 22 x 30 cm, généreusement huilée, étalez-la et formez des alvéoles du bout des doigts. Laissez lever encore 2 h.
3. Pelez les oignons, coupez-les en tranches et faites-les blanchir 1 min dans de l'eau bouillante salée avec le jus d'un demi-citron. Égouttez-les.
4. Arrosez la surface de la focaccia d'un peu d'huile et enfournez 12 min dans le four préchauffé à 220 °C. Sans sortir complètement la plaque du four, garnissez-la d'oignons et de très fines rondelles du demi-citron restant, puis poursuivez la cuisson 10 min.
5. Sortez la focaccia du four et parsemez-la de piment, d'un peu de thym et de quelques feuilles de menthe.

Notre conseil vin
Un corbières rosé

UNE QUESTION DE PLIS

En cas de levées longues, il est essentiel de replier la pâte sur elle-même et de la laisser reposer, puis de répéter l'opération plusieurs fois. Cette technique permet d'obtenir une pâte plus élastique, qui lèvera facilement et correctement. Ces plis servent aussi à incorporer des herbes ou autres aromates : il suffit de les saupoudrer sur la pâte aplatie avant de la replier.

FOCACCINE DE PETIT ÉPEAUTRE AUX FLEURS DE COURGETTE

Pour 12 focaccine
Préparation : 50 min
Repos : 4 h 50
Cuisson : 20 min

■ 150 g de farine T65 ■ 150 g de farine de petit épeautre ■ 100 g de farine manitoba ■ 5 g de sucre ■ 3 g de levure de boulanger déshydratée ■ Huile d'olive ■ Sel
Pour la garniture : 80 g de pancetta en 1 seule tranche ■ 6 fleurs de courgette ■ 60 g de graines de courge ■ 60 g graines de tournesol ■ 40 g de graines de sésame ■ 1 bouquet de romarin ■ 1 bouquet de sauge ■ Huile d'olive

1. Préparez la pâte. Dans un saladier, mélangez les farines, la levure et le sucre. Pétrissez le tout avec 20 cl d'eau et laissez reposer 20 min. Incorporez 8 g de sel et 10 cl d'eau supplémentaires, peu à peu, en pétrissant avec les mains (ou dans un mixeur avec le crochet de pétrissage). Enfin, ajoutez 2 cl d'huile. Laissez reposer la pâte encore 20 min.
2. Au bout de ce temps, étalez un peu la pâte, repliez-la en portefeuille et laissez-la reposer encore 20 min. Répétez l'opération deux fois encore : la deuxième fois, ajoutez les graines. Placez la pâte dans un récipient huilé recouvert de film alimentaire et laissez-la reposer pendant encore 20 min. Effectuez ensuite deux nouveaux plis, un toutes les 20 min. Laissez la pâte lever dans le récipient huilé recouvert de film alimentaire jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume (2 à 4 h, selon la température ambiante).
3. Divisez la pâte en 12 portions et répétez 3 pliages pour chacune d'elles, un toutes les 20 min : au deuxième pliage, ajoutez un peu de sauge et de romarin hachés. Étalez les pâtons avec les mains sans trop les faire dégonfler, répartissez la pancetta taillée en bâtonnets et laissez lever encore 30 min. Arrosez d'un peu d'huile et faites cuire 10 min dans le four préchauffé à 200 °C.
4. Nettoyez les fleurs de courgette, enlevez les pistils et coupez chacune en trois dans le sens de la longueur. Assaisonnez-les avec un filet d'huile et une pincée de sel et mélangez délicatement avec les mains. Déposez-les sur les focaccine et cuisez encore 10 min.
5. Servez parsemé de romarin.

Notre conseil vin
Un cassis blanc

© Photos Sunray

Enrique Casarrubias

Paris-Mexico, aller-retour

Enrique Casarrubias a quitté son Mexique natal pour étudier la cuisine française. Installé à Paris, il est devenu l'ambassadeur d'une cuisine gastronomique qui associe les souvenirs de là-bas et les techniques d'ici.

Texte **Jean-Louis André.**

Le regard se fait malicieux : « Le piment ? Vous en avez mangé dans chaque plat, depuis l'amuse-bouche jusqu'aux mignardises. Plus d'une trentaine de variétés au total ! C'est l'une des marques distinctives du Mexique. Mais vous remarquerez qu'à aucun moment vous n'avez eu la langue brûlée. » Ainsi va la cuisine d'Enrique Casarrubias : tout en nuances, quoique solidement ancrée dans son Mexique natal. Ici, la tortilla (pas l'omelette espagnole, non, la galette de maïs…) peut se faire fine comme un voile, et le taco, ce sandwich populaire né de la rue, devenir une friandise de prince. « La cuisine française, pour moi, c'était le sommet dont je rêvais, raconte Enrique. Je suis venu ici pour me former, en pensant rentrer au Mexique pour ouvrir mon restaurant. » Les choses ne se sont pas passées ainsi : six ans, déjà, que ce chef de trente-sept ans, passé par quelques grandes maisons, dont le Crillon et le Georges V, est installé à quelques mètres de l'Arc de Triomphe, et qu'il réinvente la cuisine de son pays. « Je me nourris de souvenirs d'enfance tout en utilisant les techniques françaises classiques et les produits d'ici. » Le maïs vient du Sud-Ouest, l'avocat est corse, le fond de veau mijoté dans les règles d'Escoffier. Les piments, eux, arrivent du pays, car ils sont irremplaçables.

En duo, toujours

Montserrat, son épouse, travaille à ses côtés. Elle est d'Acapulco, tandis qu'Enrique est originaire, lui, du centre du Mexique. À eux deux, ils sont donc « mer et terre », ce qui leur permet, par exemple, d'associer dans une même assiette un poulpe mariné cuit à la plancha, du boudin noir et un coulis de betteraves. « D'une région à l'autre du Mexique les variations autour d'un même plat sont infinies, précise-t-il. Parfois même d'une famille à l'autre. » Illustration avec le *mole*, la sauce brune qui accompagne son quasi de veau généreusement moelleux. Comme le veut la tradition, il contient une pointe de cacao amer. Mais cet ingrédient pré-hispanique, souvent considéré comme identitaire, n'est pas obligatoire, selon Enrique. « *Mole* signifie sauce, tout simplement. En témoigne le *guaca-mole*, qui n'est autre qu'une sauce à l'avocat, qui se dit *aguacate* en espagnol. Le *mole* peut être blanc, vert ou jaune, intégrer du chocolat, ou pas. »

Petit-fils de boucher et fils d'une vendeuse de tacos qui arpentait les marchés, Enrique a grandi dans un univers de saveurs. Pourtant, lorsqu'il a parié sur le Mexique à Paris, nombre de ses amis étaient dubitatifs. Cette cuisine-là a beau être classée au patrimoine immatériel de l'Unesco depuis 2010 (« quinze minutes avant la France, ce dont je suis très fier »), elle n'a pas forcément une bonne image chez nous. On la confond avec le « tex-mex », un hybride qui s'est développé dans le nord du pays, au contact des États-Unis. Pire encore, on l'assimile au *tacos*, avec un « s » même au singulier, ce matelas roboratif, fourré à tout et n'importe quoi, qui détrône les kebabs auprès des adolescents.

Le *Michelin*, lui, ne s'y est pas trompé : la première étoile est arrivée en 2021. Il est vrai que s'attabler chez Enrique est un voyage. Dès la première bouchée, le ceviche de dorade aux pickles de navets abolit les distances. Le veau rôti sur un lit de romarin arrive dans une marmite en terre cuite que la mère d'Enrique a transportée dans sa valise. Les braises sont encore fumantes, et le serveur propose d'en humer longuement les effluves. Le trou « normand » est à base de mezcal, un alcool d'agave, boisson de ■■■

Enrique porte la barbe et la moustache fine taillée à la mexicaine, mais aussi la veste Bragard, dont Bocuse avait fait le symbole du chef français. Cuisinier d'ici et d'ailleurs.

« JE ME NOURRIS DE SOUVENIRS D'ENFANCE TOUT EN UTILISANT LES TECHNIQUES FRANÇAISES. »

© Charlotte Schousboe

1. Sobre et lumineux. Ça fait du bien, un décor qui sort du luxe convenu de bien des étoilés. À deux pas de l'Arc de Triomphe, voici un bistrot parisien mâtiné de quelques touches sud-américaines. **2. Associations de couleurs.** Les assiettes du chef célèbrent le mariage de la gastronomie française et de la cuisine mexicaine. **3. Chic, mais pas guindé.** La table est mise, en toute simplicité. Le marbre souligne tout de même un certain raffinement. Le passe et la cuisine sont non seulement ouverts, mais cadrés, voire encadrés, comme un tableau.

© Photos Florian Domergue

PAGRE ROSE, ARC-EN-CIEL DE CHOUX-FLEURS, DÉCLINAISON DE CHOUX ET SAUCE IODÉE

Pour 4 personnes
Préparation : 1 h 10
Cuisson : 50 min

■ 1 pagre rose de 1 kg ■ Vinaigre blanc ■ Pépins de piment ■ Sel, poivre
Pour le fumet : 1 carotte ■ 1 poireau ■ 1 botte de persil ■ 1 oignon blanc ■ 1 branche de céleri ■ 4 gousses d'ail ■ Graines de coriandre ■ Poivre blanc ■ Baies roses ■ 1/2 litre de vin blanc ■ 50 g de beurre ■ 10 cl de crème épaisse (pour lier la sauce)
Pour l'huile verte : 2 bottes de persil ■ 1 litre d'huile de pépins de raisin
Pour l'arc-en-ciel de choux-fleurs : 1 chou-fleur blanc ■ 1 chou-fleur jaune ■ 1 chou-fleur violet ■ 1 chou romanesco ■ 1 chou frisé ■ 50 cl d'eau ■ 50 cl de lait

1. Préparez le pagre en réservant les écailles, les arêtes et le foie. Rincez les écailles à l'eau claire et au vinaigre blanc puis séchez-les sur du papier absorbant.
2. Dans une marmite, réunissez les légumes épluchés et coupés en morceaux, les aromates et les arêtes du poisson, versez le vin blanc. Laissez frémir environ 30 min puis passez le fumet au chinois.
3. Préparez une huile verte en mixant le persil plongé dans l'eau 30 s avec l'huile de pépins de raisin.
4. Faites frire les écailles jusqu'à l'obtention d'une texture croustillante, puis égouttez-les sur du papier absorbant. Salez et assaisonnez avec de la cendre de piment (pépins de piment brûlés à la plancha puis mixés).
5. Retirez les pieds des choux-fleurs et du chou romanesco puis séparez les fleurs en grosses sommités. Récupérez les feuilles les plus vertes du chou frisé, faites-les blanchir 30 s dans de l'eau salée, puis brûlez-les à la plancha 30 s des deux côtés.
6. Faites cuire les choux séparément dans un mélange d'eau et de lait puis réalisez des purées pour chacun d'eux. La texture obtenue doit être très lisse.
7. Taillez des pavés de pagre de 100 g. Saisissez-les 1 min côté peau, laissez reposer 3 min et terminez la cuisson nacrée 40 s côté chair.
8. Mixez le fumet avec le foie du poisson et la crème pour obtenir une sauce liée, puis ajoutez un trait d'huile verte.
9. Sur une assiette, disposez une grosse cuillère de chaque purée, puis étirez à la spatule pour former un arc-en-ciel. Disposez le pavé de pagre et les écailles croustillantes. Recouvrez le poisson de la feuille de chou frisé.
10. Au dernier moment, arrosez avec la sauce iodée.

Notre conseil vin
Un puligny-montrachet

Une recette d'Enrique Casarrubias.

■■■ rue à laquelle Enrique donne une noblesse nouvelle. L'avocat proposé en dessert se révèle être, en fait, une parfaite coque de chocolat remplie de crème… d'avocat, chocolat blanc et citron vert. Une légère acidité, une amertume maîtrisée donnent à cette cuisine toute sa personnalité. « Héritage, explique Enrique, d'un savoir-faire maya qui ne craint pas, par exemple, de jouer avec une fine pellicule de brûlé. C'est ce qu'on appelle le *tatemar.* » Ce substrat mémoriel est sublimé par des raffinements de France, à l'image du décor de la salle qui hésite entre le bistrot de Paris ou de Mexico : profondément mexicain mais jamais folklorique. Pas besoin de sombrero ni de mariachis pour traverser l'Océan. ❖

Oxte, Paris 17e. Fermé samedi et dimanche. Menu en 3 plats : 67 € (uniquement le midi) ; en 4 plats : 105 € ; en 6 plats : 135 €.

LA « NIXTAMALISATION », SECRET DE LA TORTILLA

C'est le nom savant d'une pratique ancestrale qui consiste à faire tremper le maïs dans de l'eau de chaux ou de la cendre de bois pour le rendre plus digeste, puis à le broyer en semoule. « C'est un métier à part entière. Je m'en remets à une spécialiste qui tient son savoir-faire de sa mère », précise Enrique. La *massa*, la pâte, qu'elle lui livre, est utilisée telle quelle ou colorée en rouge avec du roucou, abaissée comme un voile ou de l'épaisseur d'une crêpe. Les garnitures varient selon les jours. La préférée du chef : les lamelles de viande d'un chawarma cuit avec de l'ananas, dont le jus attendrit la chair. Variation sur le *taco al pastor*, l'un des plus populaires du Mexique. « Normalement, conclut Enrique, on ne peut pas fermer un taco tellement la coriandre, l'avocat et les piments débordent généreusement. »

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES P. 122

Fenouil

On a la technique !

De mai à décembre, ce bulbe au parfum anisé nous surprend dans des salades fraîches, des entrées parfumées et des soupes raffinées.

Texte **Louise Cassin.**

QUELQUES CURIOSITÉS

En botanique, le fenouil est appelé *Foeniculum sativum,* du latin « foin », sans doute à cause de l'odeur que dégage la plante sauvage ou pour l'aspect de ses plumets.

Sa couleur blanche est liée à la pratique du blanchiment, c'est-à-dire qu'une partie du cœur est couverte de terre, quelques semaines avant la récolte, pour le protéger du soleil.

Contrairement à ce que l'on pense, la partie blanche que l'on mange n'est pas un bulbe – même si on l'appelle toujours ainsi –, mais une pomme formée par les feuilles imbriquées les unes dans les autres.

Autrefois, les cavistes qui voulaient vendre du vin de mauvaise qualité offraient à leurs clients des quartiers de fenouil : les substances aromatiques du légume atténuaient les défauts du vin !

@ Sunray

LES MEILLEURS DANS L'ASSIETTE

Le fenouil peut être rond **(photo 1),** ovale **(photo 2)** ou petit et long comme le « baby » **(photo 3).** Les deux premiers ont des bulbes blancs, charnus et croquants. Ce sont les plus répandus, et particulièrement appréciés pour la consommation crue. Les petits, plus aplatis et fibreux, sont aussi plus parfumés, donc bien adaptés à une cuisson à la poêle ou pour aromatiser bouillons et soupes. Dans tous les cas, sur les étals on le choisit ferme et sans tache.

LES PRÉPARER *en 3 étapes*

1. Ôtez la partie verte des tiges avec les feuilles, au plus près du bulbe.
2. À l'aide d'un petit couteau, entaillez légèrement la partie coupée puis « pelez » les filaments en les tirant vers le bas, pour rendre le fenouil moins filandreux.
3. Coupez le fenouil en deux et ôtez le cœur, souvent coriace, en incisant la base en « v ».

3 FAÇONS DE LES COUPER

1. Pour les cuire entiers : après les avoir nettoyés, incisez la base en forme de croix avec un petit couteau, en pénétrant à l'intérieur sur quelques centimètres.
2. Pour les cuire à la poêle ou frits : coupez-les d'abord en deux, puis en lamelles de 2 à 3 mm d'épaisseur.
3. Pour les servir en salade : coupez-les en très fines lamelles à l'aide d'une mandoline (utilisez le guide de protection pour ne pas vous couper les doigts !).

CRÈME DE FENOUIL

1. Faites cuire 2 bulbes de fenouil, coupés en quartiers, 5 à 6 min dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les puis faites-les revenir dans une casserole avec une noix de beurre. Salez, poivrez, parfumez d'un peu de noix de muscade râpée, ajoutez l'équivalent d'un verre de lait et poursuivez la cuisson jusqu'à tendreté (testez avec la pointe d'un couteau). Mixez-les, transvasez la purée obtenue dans un bol et mettez-la à refroidir au réfrigérateur.
2. Avant de servir, incorporez 10 cl de crème fraîche. Servez la crème de fenouil dans des coupes garnies de feuilles de fenouil. Accompagnez de pain aux céréales et de quartiers de fenouil frais.

GRATIN DE TAGLIOLINIS AU FENOUIL

1. Plongez 4 bulbes de fenouil dans de l'eau bouillante salée, faites-les cuire une dizaine de minutes, puis coupez-les en tranches. Mettez-en la moitié de côté et mixez le reste avec quelques c. à soupe de lait, du sel et du poivre. Faites cuire 200 g de tagliolinis (pâtes fraîches), puis égouttez-les. Assaisonnez-les avec 50 g de beurre, la purée de fenouil et une poignée de parmesan râpé.
2. Beurrez et saupoudrez de chapelure 4 plats individuels allant au four. Répartissez la moitié des tagliolinis et le reste de fenouil tranché. Saupoudrez de parmesan, puis recouvrez avec le reste des tagliolinis et un peu de beurre. Enfournez à 190 °C, pour 15 min de cuisson.

MILLEFEUILLE DE FENOUIL ET SAUMON

1. Coupez 2 bulbes de fenouil en tranches très fines en les plongeant au fur et à mesure dans de l'eau glacée. Séchez-les et placez quelques lamelles dans 4 soucoupes. Posez par-dessus une tranche de saumon fumé, arrosez de jus de citron et continuez à alterner fenouil, saumon et jus de citron.
2. Coupez puis égrainez une grenade, mettez quelques grains de côté et écrasez les autres à l'aide d'un presse-purée. Mélangez le jus obtenu avec 4 c. à soupe d'huile d'olive, du sel et du poivre. Garnissez les assiettes de grains de grenade et arrosez de sauce.

Crème de fenouil
Gratin de tagliolinis au fenouil
Millefeuille de fenouil et saumon

Dans ma cagette…

Le printemps est bien là ! On en profite pour cuisiner les petits pois frais, tendres et sucrés, faire rôtir des navets nouveaux, doux et fondants, compoter des tiges de rhubarbe acidulée…

Recettes et stylisme **Audrey Cosson.** Photos **Louis-Laurent Grandadam.**

MINESTRONE DE MINI-BOULETTES DE VEAU, ÉPINARDS ET PETITES PÂTES

Pour 6 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 40 min

■ 250 g de petites pommes de terre de type ratte ■ 3 oignons nouveaux ■ 2 branches de céleri ■ 2 carottes ■ 3 gousses d'ail ■ 2 feuilles de laurier ■ 5 brins de thym ■ 250 g de feuilles d'épinard ■ 10 feuilles de basilic ■ 400 g de purée de tomates ■ 1,5 l de bouillon de volaille ■ 140 g de petites pâtes ■ Huile d'olive ■ Sel, poivre
Pour les mini-boulettes :
450 g de viande de veau hachée ■ 35 g de chapelure ■ 1 œuf ■ 1 gousse d'ail

1. Épluchez, dégermez et hachez finement toutes les gousses d'ail. Ciselez les oignons nouveaux en retirant un peu de leur vert. Retirez les feuilles des branches de céleri et découpez-les en petits tronçons. Épluchez et découpez les carottes en demi-rondelles. Découpez les petites pommes de terre en deux ou en trois selon leur taille sans les éplucher. Retirez les tiges dures des feuilles d'épinard.
2. Dans un bol, mélangez la viande de veau hachée avec la chapelure, l'œuf et 1/4 de l'ail haché. Salez, poivrez et formez des mini-boulettes d'environ 10 g chacune. Dans une poêle, faites chauffer de l'huile d'olive et faites-y dorer les boulettes à feu assez vif sur toutes leurs faces, en les remuant souvent pendant environ 5 min. Réservez.
3. Dans une cocotte, faites chauffer de l'huile d'olive et faites revenir à feu moyen les oignons, le céleri, les carottes et l'ail restant pendant 10 min, en remuant souvent. Ajoutez la purée de tomates, le bouillon, les pommes de terre, le laurier et le thym, salez, poivrez et portez à ébullition. Baissez ensuite le feu et laissez mijoter à moitié à couvert pendant environ 30 min. Ajoutez les petites pâtes 10 min avant la fin de la cuisson (1 min de moins que le temps indiqué sur leur paquet) puis retirez du feu. Rectifiez l'assaisonnement, ajoutez les boulettes et leur jus de cuisson, les feuilles d'épinard, mélangez et servez parsemé de basilic et, éventuellement, avec du vieux parmesan, à râper dessus.

Notre conseil vin
Un bourgogne-hautes-côtes-de-beaune blanc

ARTICHAUTS POIVRADE FRITS À LA JUIVE ET SAUCE AU YAOURT CITRONNÉE

Pour 6 personnes
Préparation : 30 min
Cuisson : 20 min

■ 6 artichauts poivrade ■ 2 citrons bio ■ 200 g de yaourt grec ■ 1 litre d'huile de friture ■ 1 trait d'huile d'olive ■ Fleur de sel, poivre
Ustensile : 1 thermomètre de cuisson

1. Mélangez le yaourt grec, le jus d'un citron et la moitié de son zeste avec un trait d'huile d'olive, un peu de fleur de sel et de poivre.
2. Faites chauffer doucement l'huile de friture dans une casserole.
3. Pressez le citron restant au-dessus d'un bol d'eau. Coupez la tige d'un artichaut pour ne garder que quelques centimètres. Supprimez les premières feuilles dures et trempez régulièrement l'artichaut pour éviter qu'il ne jaunisse. Coupez le bout des feuilles aux deux tiers. Trempez aussitôt le bout dans l'eau citronnée. Découpez la base des feuilles en tournant l'artichaut pour enlever les aspérités et lui donner une forme lisse et ronde, puis citronnez. Procédez de même avec les autres artichauts.
4. Une fois que l'huile est à 180 °C, trempez les artichauts égouttés et laissez-les frire 10 min. Retirez-les à l'aide d'une écumoire, déposez-les sur du papier absorbant et parsemez de fleur de sel. Servez sans attendre avec la sauce au yaourt citronnée.

Notre conseil vin
Un pouilly-fumé

FILET MIGNON AU MIEL ET AU GUANCIALE, NAVETS FANES

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 25 min

■ 1 filet mignon ■ 3 tranches épaisses de guanciale (en épicerie italienne) ■ 2 gousses d'ail ■ 2 échalotes ■ 8 petits navets fanes ■ 150 g de petits pois écossés ■ 6 tiges d'origan ■ 2 c. à soupe de miel ■ Huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Préchauffez le four à 180 °C. Découpez les tranches de guanciale en lardons. Coupez les tiges des navets et découpez ces derniers en deux ou en quatre selon leur taille. Épluchez l'ail et découpez les gousses en deux. Épluchez les échalotes et découpez-les en rondelles.

2. Faites fondre les lardons de guanciale dans une poêle à feu vif, puis faites-y dorer le filet mignon sur toutes ses faces. Placez-le avec le guanciale dans un plat allant au four, répartissez autour les navets, l'ail et les échalotes, arrosez d'un filet d'huile d'olive et du miel, salez, poivrez, parsemez d'origan et enfournez pour environ 20 min. Ajoutez les petits pois au bout de 10 min et arrosez la viande.

3. Une fois cuit, le filet doit être légèrement rosé à cœur, à une température de 63 °C. Servez sans attendre découpé en tranches avec les légumes et le jus de cuisson.

Notre conseil vin
Un vouvray sec ou demi-sec

Navets

HADDOCK ET GALETTES DE PETITS POIS À LA FETA ET À LA MENTHE

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 15 min

■ 250 g de petits pois écossés ■ 2 œufs ■ 20 g de farine ■ 1 oignon nouveau ■ 50 g de feta ■ 50 g de parmesan râpé ■ 5 brins de menthe ■ 140 g de haddock ■ 4 c. à soupe d'huile d'olive + un peu pour la poêle ■ 1 c. à soupe de vinaigre de cidre ■ 1 c. à café de moutarde ■ 1 c. à café de miel ■ 2 belles poignées de roquette ■ Fleur de sel, poivre

1. Dans un bol, mélangez l'huile d'olive, le vinaigre et la moutarde, salez et poivrez. Coupez le haddock en tranches.
2. Portez une casserole d'eau à ébullition, faites cuire les petits pois pendant 5 min, égouttez-les et refroidissez-les aussitôt dans un saladier rempli d'eau froide pour fixer leur couleur. Mixez-les grossièrement de façon à conserver des morceaux, au mixeur ou à la fourchette.
3. Ciselez l'oignon nouveau en retirant un peu de son vert. Effeuillez et ciselez la menthe. Dans un saladier, fouettez les œufs, ajoutez la purée de petits pois et mélangez bien. Ajoutez la feta émiettée, l'oignon nouveau, la menthe et le parmesan, salez, poivrez et mélangez bien.
4. Dans une poêle, faites chauffez l'huile et déposez 1 c. à soupe de pâte pour former une galette. Déposez-en autant que vous pouvez dans la poêle et laissez dorer le dessous. Retournez puis faites dorer l'autre face, retirez et répétez l'opération jusqu'à épuisement de la pâte.
5. Servez les galettes encore chaudes avec les tranches de haddock et la roquette assaisonnée de vinaigrette.

Notre conseil vin
Un saint-bris

PANNACOTTAS VANILLE ET RHUBARBE CONFITE

Pour 6 personnes
Préparation : 15 min
Repos : 2 h 15
Cuisson : 35 min

Pour les pannacottas :
3 feuilles de gélatine ■ 1 gousse de vanille ■ 25 cl de crème fraîche liquide entière (30 % de matière grasse minimum) ■ 25 cl de lait entier ■ 60 g de sucre en poudre
Pour la rhubarbe confite :
250 g de rhubarbe ■ 70 g de sucre en poudre ■ 1 citron bio

1. Faites tremper la gélatine dans de l'eau froide.
2. Fendez la gousse de vanille en deux dans sa longueur et récupérez ses graines. Faites doucement frémir la crème et le lait dans une casserole avec le sucre, la gousse de vanille et ses graines. Retirez du feu et laissez infuser 15 min à couvert.
3. Ajoutez la gélatine soigneusement égouttée et pressée, incorporez-la dans la préparation en fouettant. Retirez la gousse de vanille et répartissez la crème dans des ramequins individuels. Laissez refroidir à température ambiante, puis réservez 2 h au réfrigérateur.
4. Préchauffez le four à 170 °C. Découpez les tiges de rhubarbe en tranches de 0,5 cm d'épaisseur et la moitié du citron en rondelles fines. Répartissez la rhubarbe dans un plat à four, saupoudrez du sucre, arrosez avec le jus du demi-citron restant et couvrez de tranches de citron. Enfournez 30 à 35 min, jusqu'à ce que la rhubarbe soit bien tendre et se défasse. Retirez du four et laissez refroidir.
5. Sortez les pannacottas du réfrigérateur et servez-les nappées de confit de rhubarbe.

Notre conseil d'accompagnement
Un moscato-d'asti ou un thé Earl Grey

La purée d'amandes

en 2 recettes veggie

Onctueuse, avec un bon goût d'amande, elle se savoure aussi bien telle quelle sur du pain que cuisinée dans des recettes, auxquelles elle apporte son onctuosité ainsi qu'une bonne quantité de protéines et de nutriments. Un concentré de bienfaits !

Texte **Carole Garnier.** Recettes et stylisme **Audrey Cosson.** Photos **David Japy.**

Obtenue à partir d'amandes nature, pelées (pour la purée blanche) ou entières (pour la purée complète, à la couleur ambrée), la purée d'amandes est riche en protéines (presque 26 %) et en fibres (7 %). Son point fort réside aussi dans la nature de ses lipides, majoritairement insaturés, qui favorisent le « bon » cholestérol HDL et aident à faire baisser le « mauvais » LDL, et qui participent au bon fonctionnement du système cardiaque et du cerveau. Enfin, elle constitue une formidable source de vitamine E, antioxydante (21,6 mg pour 100 g, soit 160 % de nos besoins journaliers), et de minéraux : magnésium (250 mg/100 g, soit 67 % de nos besoins), potassium (660 mg/100 g), calcium (290 mg), fer (3 mg/100 g)… Ces teneurs sont encore plus élevées pour la purée d'amandes complète.

La bonne préparation

La purée d'amandes est parfaite, seule, en remplacement du beurre ou de la pâte à tartiner, sur des tartines, pancakes, brioches… En cuisine, elle peut s'incorporer dans des sauces chaudes (mijotés de légumes, béchamel, sauces pour pâtes…), des dips de légumes, servir de base à des vinaigrettes (en la délayant avec un peu d'eau chaude et de jus de citron), remplacer le beurre dans des pâtes à tarte ou à cake, lier une soupe… La purée blanche offre un goût plus discret, la complète, une saveur plus marquée.

Idées express et de saison

Un gâteau aux pommes sans beurre : mélangez 100 g de farine, 60 g de farine de riz, 90 g de sucre et 1/2 sachet de levure chimique. Ajoutez 2 œufs et 100 g de purée d'amandes délayée dans 15 cl de lait demi-écrémé ou d'amande. Versez dans un moule à manqué beurré et recouvrez de pommes coupées en fines lamelles. Saupoudrez de sucre vanillé et faites cuire pendant 40 à 45 min, à 180 °C.

Une soupe à la carotte : faites blondir 1 oignon émincé et 1 gousse d'ail pressée, dans une cocotte, sur feu doux. Ajoutez 800 g de carottes pelées et coupées en morceaux. Salez et poivrez, couvrez d'eau à hauteur. Laissez mijoter à couvert 30 min. En fin de cuisson, mixez les légumes égouttés avec 2 c. à soupe de purée d'amandes et ce qu'il faut d'eau de cuisson pour obtenir la consistance idéale.

Un pesto amandes-roquette : placez dans le bol d'un robot 100 g de roquette lavée et séchée, les feuilles de 2 brins de basilic et 1 gousse d'ail pelée et dégermée. Versez 5 cl d'huile d'olive, 30 g de parmesan et 60 g de purée d'amandes. Mixez 2 min jusqu'à l'obtention d'une préparation lisse et onctueuse. ❖

SON CV NUTRITIONNEL

Pour 100 g de purée d'amandes blanche
667 calories
Protéines : 25,8 g
Lipides : 58,5 g (dont acides gras saturés : 4,9 g)
Glucides : 5,6 g
Fibres : 7 g

Une composition pleine de bonnes choses

Salade de haricots verts et concombre frappé

Des tartines salées bien garnies!

Bruschettas de houmous de petits pois et œufs mollets

ORIGINAL

Salade de haricots verts et concombre frappé

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 5 min

■ 300 g de haricots verts ■ 1/2 gros concombre bio ■ 1/2 orange bio ■ 1/2 citron ■ 30 g d'amandes ■ 1/2 c. à café de miel ■ 1/2 c. à café de sucre ■ 1 c. à soupe de vinaigre de vin blanc ■ Fleur de sel, poivre
Pour la sauce : 4 c. à soupe de purée d'amandes ■ 1 orange bio ■ 2 gousses d'ail ■ 1 filet de miel ■ 1 belle pincée de sumac
Ustensile : 1 zesteur

1. Enroulez le concombre dans un torchon ou placez-le dans un sac congélation. Frappez le concombre avec un rouleau à pâtisserie : la peau va éclater **(photo 1).** Détachez les morceaux et mettez-les dans un bol avec le vinaigre, le jus du demi-citron, le sucre et 1 pincée de fleur de sel, mélangez et laissez mariner au frais.
2. Équeutez les haricots verts, puis faites-les blanchir pendant 5 min dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les et plongez-les aussitôt dans l'eau glacée pour les garder croquants et bien verts **(photo 2).**
3. Préparez la sauce. Épluchez, dégermez et hachez finement l'ail. Râpez finement le zeste de l'orange puis prélevez son jus. Mélangez tous les ingrédients de la sauce dans un bol **(photo 3)** et ajoutez 4 à 6 c. à soupe d'eau, tout en fouettant, pour rendre la sauce mousseuse. Versez dans un saladier.
4. Ajoutez les haricots dans le saladier, versez le concombre et son jus, mélangez. Faites torréfier les amandes à sec dans une poêle **(photo 4)**, hachez-les. Prélevez des filaments de zeste sur la demi-orange restante avec un zesteur. Ajoutez les amandes et les filaments de zeste dans le saladier, mélangez et servez aussitôt.

Notre conseil vin
Un menetou-salon blanc

Enveloppez soigneusement le concombre dans un torchon avant d'éclater sa chair avec un rouleau (ou bien placez-le dans un sac congélation).

Après avoir équeuté les haricots, veillez à les cuire brièvement, de façon qu'ils restent légèrement croquants et bien verts.

Pour réaliser la sauce, prélevez d'abord le zeste de l'orange avant de presser celle-ci afin de recueillir son jus.

Faites torréfier les amandes quelques minutes, puis hachez-les au couteau grossièrement pour qu'elles apportent du croquant à la salade.

POUR UN BRUNCH

Bruschettas de houmous de petits pois et œufs mollets

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 15 min

■ 4 œufs ■ 4 tranches de focaccia nature ou aux herbes, au zaatar… ■ 1 gros oignon rouge ■ 25 cl de vinaigre de cidre ■ 12,5 cl de vinaigre de vin rouge ■ 50 g de cassonade ■ 1 c. à café de graines de coriandre ■ 1/2 c. à café de graines de moutarde ■ 1 c. à café de clous de girofle ■ Micro-pousses de petits pois ■ 1 pincée de sel ■ 1 pincée de poivre noir
Pour le houmous de petits pois : 250 g de petits pois écossés ■ 4 c. à soupe de purée d'amandes ■ 1/2 citron bio ■ 1 citron confit ■ 1 gousse d'ail ■ 1 c. à soupe de paillettes de piment ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ Fleur de sel, poivre
Ustensile : 1 mandoline

1. Faites blanchir les petits pois dans de l'eau bouillante salée pendant 5 min. Refroidissez-les aussitôt en les plongeant dans de l'eau froide salée juste après les avoir égouttés pour conserver leur belle couleur verte **(photo 1).**
2. Préparez le houmous. Râpez finement le zeste du citron, puis prélevez 2 c. à soupe de son jus. Découpez le citron confit en petits dés **(photo 2).** Épluchez, dégermez et hachez l'ail. Placez tous les ingrédients du houmous dans le bol d'un mixeur et mixez pour obtenir une pâte lisse. Rectifiez l'assaisonnement, versez dans un bol, couvrez et réservez au réfrigérateur.
3. Épluchez l'oignon et émincez-le très finement à l'aide d'une mandoline. Dans une casserole, versez les deux vinaigres, la cassonade, le sel, les graines de coriandre et de moutarde, les clous de girofle et le poivre, portez à ébullition. Mélangez pour dissoudre la cassonade, puis retirez du feu. Ajoutez les lamelles d'oignon et laissez refroidir **(photo 3).**
4. Peu avant de servir, plongez les œufs dans de l'eau bouillante 5 min, puis placez-les dans de l'eau froide pour stopper la cuisson et les faire un peu tiédir.
5. Faites griller les tranches de focaccia sur leurs deux faces **(photo 4).** Déposez une généreuse quantité de houmous sur chaque tranche de focaccia. Découpez en deux chaque œuf et déposez 2 moitiés sur chaque tartine. Parsemez de lamelles d'oignon et de pousses de petits pois. Servez aussitôt.

Notre conseil vin
Un sancerre blanc

Aussitôt après les avoir fait cuire, égouttez les petits pois et plongez-les dans de l'eau froide salée pour stopper leur cuisson.

Mixez ensemble tous les ingrédients du houmous de petits pois jusqu'à l'obtention d'une texture lisse et homogène.

Veillez à émincer l'oignon très finement (si possible avec une mandoline) afin qu'il ramollisse vite au contact du vinaigre chaud.

Faites cuire les œufs au dernier moment pour qu'ils soient encore chauds et coulants quand vous servirez les bruschettas.

Steak

Bonne chair?

En tranche ou haché, le steak fait partie des viandes préférées des Français. Nutritionnistes, écologistes et même éleveurs s'accordent aujourd'hui sur le fait qu'il faut en manger moins, mais mieux.

Texte **Marie-Laure Fréchet.** Photo **Valérie Lhomme.**

C'est sans doute la pièce de viande la plus connue et la plus consommée. Pour le philosophe Roland Barthes, qui lui a consacré une place dans ses *Mythologies*, c'est même un véritable étendard de la cuisine française, mêlant « la succulence et la simplicité ». Plat populaire par excellence, il est aussi à la carte des belles brasseries. Pourtant aujourd'hui, les nombreux débats autour de la consommation de viande questionnent la place du steak dans nos assiettes.

C'est quoi un steak ?

Un steak ou bifteck, de l'anglais *steak* (tranche de viande à griller), désigne une tranche de viande rouge. Sans autre précision, il fait référence à la viande bovine. Plusieurs découpes ou pièces (entrecôte, faux-filet, rumsteck, bavette…) sont indistinctement appelées « steak ». À noter que depuis le 27 février 2024 un décret interdit en France de nommer « steak » une préparation végétale.

On parle généralement de steak de bœuf, mais la réglementation ne précise pas les catégories de bovins commercialisées sous l'appellation générique « viande de bœuf » (voir encadré page 86). En réalité, seuls 6 % de la viande bovine sont vraiment du bœuf, et 60 % de cette viande sont issus en fait d'une vache (chiffres VetAgroSup). Sur l'ensemble de la viande bovine française, 62 % proviennent d'animaux qui ont été élevés pour produire de la viande (filière viande ou allaitante) ; le reste provient d'animaux dont la vocation première était de produire du lait et dont la viande est une finalité secondaire. C'est ce qu'on appelle les « vaches de réforme ».

Sur une bête, un peu plus de la moitié de la viande est destinée à une cuisson rapide de type steak. Le reste nécessite une cuisson lente et doit donc être valorisé dans d'autres types de plats ou en steak haché (voir encadré ci-contre).

Quel élevage ?

En Amérique du Sud, l'élevage contribue à la déforestation, car les terres boisées sont rasées soit pour en faire des zones de pâturage, soit pour produire des cultures (en particulier le soja), qui sont ensuite utilisées pour nourrir les animaux. En 2021, on estimait ainsi que 75 % de la déforestation de l'Amazonie était due à l'élevage. Or, les importations d'Amérique du Sud vers l'Europe progressent d'année en année, d'autant plus que la production de viande de bœuf européenne recule. La France importe ainsi 30 % de sa consommation, notamment du Brésil, dont les coûts de production sont deux fois moins élevés qu'en France.

En France, on compte 129 600 élevages bovins (chiffres 2022 GEB-Institut de l'élevage), dont près de 60 % de vaches allaitantes. La France est le premier producteur européen de viande bovine. En moyenne, les élevages français comptent 60 vaches allaitantes. 85 % des aliments des ruminants sont produits par l'éleveur (herbe, fourrage, céréales), et, en ce qui concerne les races à viande, 80 % de la ration alimentaire des vaches sont constitués d'herbe. Avantage : l'élevage herbivore valorise 12,5 millions d'hectares de prairies (dont une grande partie non cultivable), ce qui permet de stocker d'importantes quantités de carbone et d'eau dans les sols, tout en préservant la biodiversité et la qualité du paysage. En agroforesterie, le bilan peut même être proche de la neutralité carbone, grâce au rôle des haies, qui, en cas de sécheresse, permettent de contribuer au fourrage. Si les viandes sont moins grasses et la vitesse de croissance plus faible, ■■■

Privilégier la qualité plutôt que la quantité, en se fiant à son boucher et aux labels

LE CAS DU STEAK HACHÉ

Le steak haché est un best-seller, puisqu'il représente 25 % de la consommation de viande de bœuf en France (SNIV-SNCP). Les deux tiers sont vendus surgelés. En France, un « steak haché » est obligatoirement constitué à 100 % de viande de bœuf, à la différence des « préparations à base de viande », qui contiennent un minimum légal de 51 % de viande et ne peuvent pas se prévaloir du nom de steak.

Le steak haché permet de valoriser des pièces issues de l'avant du bœuf, plutôt destinées à être braisées. Grâce au hachage, elles deviennent tendres. Il est aussi deux fois moins cher au kilo que le filet de bœuf.

À noter qu'un Label rouge existe pour la viande hachée surgelée issue de races à viande uniquement, élevées sous ce label. Il garantit un hachage « façon bouchère » qui respecte la qualité et le grain de la viande.

DANS LA FAMILLE « VIANDE DE BŒUF »…

Les génisses de boucherie : bovins femelles n'ayant pas encore vêlé, généralement abattues entre 30 et 36 mois.
Les vaches : femelles ayant vêlé au moins une fois et qui, une fois arrivées au terme de leur carrière de production (production laitière ou production allaitante pour la reproduction), sont « réformées », c'est-à-dire utilisées en boucherie.
Les taureaux : mâles adultes non castrés. Très peu présents en élevage bovin, ils sont principalement utilisés pour la reproduction.
Les taurillons ou jeunes bovins : mâles non castrés et abattus généralement entre 14 et 24 mois.
Les bœufs : mâles adultes castrés et abattus à l'âge de 3 ans généralement.

■■■ l'élevage en pâturage permet aussi de développer le gras intramusculaire (le persillage), qui contribue aux qualités organoleptiques de la viande.

Quel impact environnemental ?

L'élevage est pointé du doigt car il est accusé de contribuer au réchauffement climatique, via les gaz à effets de serre émis au cours du processus d'élevage, dont les rejets des animaux (méthane éructé par le processus naturel de digestion) et la consommation d'énergie fossile (carburant pour les tracteurs, achats d'intrants). Si, à l'échelle mondiale, l'élevage représente 14,5 % des émissions de gaz à effet de serre, en France, il n'y contribue qu'à hauteur de 10 %. La filière bovine française s'est de plus engagée dans le programme Life Beef Carbon, pour réduire son empreinte carbone de 15 % en 10 ans.
Le bétail consomme aussi de l'eau. On trouve souvent le chiffre de 15 000 litres d'eau consommés pour produire 1 kg de viande. Selon l'Inrae, ce calcul ne tient pas compte des cycles écologiques ; en réalité 95 % de cette empreinte

PREMIER PRODUCTEUR EUROPÉEN, LA FRANCE IMPORTE 30 % DE SA CONSOMMATION.

eau correspondent à l'eau de pluie. Ainsi, L'Inrae estime qu'il faut en France entre 550 et 700 litres pour produire 1 kg de viande de bœuf, soit sensiblement autant que pour produire 1 kg de blé ou de pommes de terre.
Quant à la viande *in vitro*, les études actuelles montrent que sa production pourrait avoir sur le long terme un effet de réchauffement du même ordre, voire plus important que la production de viande bovine, en dehors du fait qu'elle pourrait libérer des terres cultivables et diminuer le nombre d'animaux abattus.

Alors, on choisit quoi ?

Chaque race a ses qualités, et c'est le savoir-faire et les bonnes pratiques des éleveurs et des bouchers qui en font une bonne viande, et dans l'assiette et pour la planète. Les labels sont de bons indicateurs. Le Label rouge garantit un minimum de 80 % d'autonomie alimentaire de l'exploitation, une alimentation sans OGM ni huile de palme et une prise en compte du bien-être animal. Il s'est également fixé comme objectif -15 % d'empreinte carbone d'ici 2025. L'élevage bio privilégie les équilibres écologiques, l'autonomie alimentaire et le recyclage des matières organiques. Il interdit le recours à des produits chimiques de synthèse et est particulièrement sensible au bien-être animal. L'association Bleu Blanc Cœur valorise également un élevage durable et une économie vertueuse.
Mais comme le rappellent Franck Ribière et Vérane Frédiani, dans *Steak in France* (Éditions de la Martinière, 2017), « si nous voulons continuer à manger de la viande de qualité, d'un point de vue gustatif, nutritionnel et éthique, nous ne pouvons pas continuer à courir vers le mur. Changeons tout, mangeons moins de viande mais mieux. » La filière elle-même communique aujourd'hui sur le thème : « Aimez la viande, aimez-la mieux. » Stop donc aux steaks premier prix des grandes surfaces, préférez une viande sélectionnée par un artisan boucher. Greenpeace recommande un maximum d'environ 16 kg de viande issus de l'élevage écologique par personne et par an (soit environ 300 g par semaine, toute viande confondue). Moins, et de meilleure qualité. ❖

PROFITEZ DE L'OFFRE SAVEURS
SANS ENGAGEMENT

4,99 € LE NUMÉRO au lieu de ~~5,60€~~

EN CADEAU : LE 1er NUMÉRO

Pour profiter de cette offre
Flashez le QR code ci-contre
ou rendez-vous sur notre site :
abonnementmag.fr/mon-offre
et entrez le code **SPL304**

BULLETIN D'ABONNEMENT

À retourner sous enveloppe affranchie à : SAMEBOX - EHBM, 3, rue du Pont-de-l'Arche, 37550 Saint-Avertin

SPL304

EN CADEAU : LE 1er NUMÉRO

OFFRE SANS ENGAGEMENT RÉSILIABLE SANS FRAIS À TOUT MOMENT :
10 numéros par an de Saveurs dont un Spécial Fêtes pour **4,99 € seulement** par numéro au lieu de ~~5,60€~~*.

MODE DE PAIEMENT PAR PRÉLÈVEMENT :

Je complète l'IBAN à l'aide de mon RIB et je n'oublie pas de joindre mon RIB

IBAN :

Vous autorisez les Éditions Hubert Burda Media à envoyer des instructions à votre banque pour débiter votre compte, et votre banque à débiter votre compte conformément aux instructions des Éditions Hubert Burda Media. Organisme créancier : Éditions Hubert Burda Media 5, rue Barbès - 92120 Montrouge - France. N° d'émetteur : FR 29ZZZ509223.

Date et signature

VOUS SOUHAITEZ RÉGLER PAR CARTE BANCAIRE ? Flashez le QR code ci-dessus ou rendez-vous sur notre site : **abonnementmag.fr/mon-offre** et entrez le code **SPL304**

*Tarif de vente au numéro. DOM TOM et étranger : abonnez-vous directement via notre site abonnementmag.fr/mon-offre ou par téléphone au 09 88 99 47 63.

❑ Mme ❑ M. Date de naissance (pour fêter votre anniversaire) : / /

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Email : Téléphone :

(votre email est indispensable pour le suivi et la gestion de votre abonnement)

J'accepte de recevoir par email les offres et informations de : Éditions Hubert Burda Media : ❑ OUI ❑ NON et de ses partenaires : ❑ OUI ❑ NON

Offre valable 2 mois, en France métropolitaine. Vous disposez d'un droit de rétractation de 14 jours à compter de la réception du magazine en notifiant votre décision à notre service abonnement. La société les Éditions Hubert Burda Media, située 5 rue Barbès, 92120 Montrouge, est responsable du traitement et de la collecte de données afin de réaliser l'abonnement au magazine Saveurs. Vos données sont transmises aux sociétés en charge de l'abonnement et sont conservées pendant 5 ans. Si vous ne fournissez pas l'ensemble des champs mentionnés ci-dessus, les Éditions Hubert Burda Media ne pourront pas procéder à l'abonnement. Vos données postales sont susceptibles d'être transmises à nos partenaires commerciaux. Si vous ne le souhaitez pas, cochez cette case ❑. Conformément à la réglementation en vigueur, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, de modification, de suppression et d'opposition au traitement des informations vous concernant. Pour exercer ces droits, il vous suffit de nous écrire par e-mail (dpo@nuitetjour.fr) ou par courrier (Burda bleu, 5, rue Barbès, 92120 Montrouge) en joignant la copie d'un justificatif d'identité comportant votre signature.

Dans son laboratoire, Maxime Cottereau perpétue le savoir-faire artisanal que lui a transmis son père.

Les charcuteries d'exception de **la maison Cottereau**

Faire des kilomètres pour un pied de porc farci ? Pour celui de la charcuterie Cottereau, à Amboise (Indre-et-Loire), on pourrait en parcourir bien plus encore ! Remarquable par son ancienneté, la maison l'est aussi – et surtout – pour la qualité de ses produits.

Texte **Pierrick Jégu.** Photos **Louis-Laurent Grandadam.**

Pas besoin de faire clignoter les néons sur la devanture et encore moins d'aménager un parking pour les autocars à touristes pour mériter l'appellation officieuse de « monument ». Loin des usines à rillettes qui draguent le chaland avec des arguments d'une authenticité pour le moins douteuse, la maison Cottereau, à Amboise, est un véritable monument charcutier. Une adresse en trois volets : une boutique de poche, un bar attenant, où les rillons et les p'tits canons de blanc glissent sur le sublime Formica du comptoir, et un laboratoire, petit bout de coulisses dont les pulsations donnent le « la ». Avant de prendre le relais de son père en 2021, Maxime Cottereau est allé voir ailleurs, quelque part dans le tourisme, comme pour être bien sûr que son destin l'appelait dans le petit labo sur cour. Désormais, il perpétue une épopée charcutière et familiale.

Il est encore tôt ce matin-là… Avec l'arrivée des premiers clients, Caroline, l'épouse de Maxime, qu'elle a rejoint en 2022, commence ses allers-retours entre la boutique et le laboratoire. Elle en fait des pas dans sa matinée, sans compter qu'elle tient aussi le bar, où quelques vieux fidèles ont pris place, commandé un verre de blanc, un peu de charcuterie pour se préparer à refaire le monde et l'époque. Le temps a passé : c'est l'heure de l'apéro ! Tiens, tiens, une bouteille sous le bras, Bertrand Jousset débarque comme par hasard au moment où l'on dresse une petite table dans l'arrière-cour, à deux pas du laboratoire… Vignerons à Montlouis (voir *Saveurs* n° 296), lui et sa femme Lise nous ont vanté les mérites de la maison Cottereau et, entre autres « douceurs », son pied de ■■■

LES SPÉCIALITÉS INCONTOURNABLES DE LA CHARCUTERIE COTTEREAU

Pied de porc farci, la star de la maison, 6,50 € pièce.
Rillettes cuites au chaudron pendant deux jours, 18,90 € le kilo.
Andouillette, tout un symbole !, 26,50 € le kilo.
Joue de porc fumée, création de la maison, 28,40 € le kilo.

Attenant à la boutique, le bistrot où les habitués viennent se régaler d'un peu de charcuterie escortée par des vins bien choisis.

ACCORDS VINS ET COCHONNAILLES

Amboise, son château et ses maisons claires aux toits d'ardoise… Autres éléments clefs de la géographie locale, la Loire, bien sûr, mais aussi le vignoble. Entre les appellations Touraine-Amboise ou la voisine Montlouis, il fait couler des vins parfaits pour escorter la charcuterie de Maxime Cottereau, des rouges de plaisir, gourmands, notamment issus des cépages gamay, côt et cabernet franc, et des blancs remarquables, à la fois profonds et vifs, hérités des purs jus des grappes de chenin.

UNE CHARCUTERIE QUI A LE GOÛT DU TRAVAIL BIEN FAIT, DU GESTE PRÉCIS ET DE LA PATIENCE.

■■■ porc farci. Sur la table d'un généreux apéritif, donc, des verres de pétillant naturel et des cochonnailles à tomber : rillons bien gourmands, rillettes cuites au chaudron pendant deux jours, épatantes joues de porc fumées… Et puis, sa Majesté le pied de cochon farci est apporté à son tour, juste tiédi. L'attente était grande, la peur d'être déçu disparaît dès la première bouchée. Le mot finesse n'est pas spontanément associé à la charcuterie. Ici, il devient évidence : ce pied de cochon farci a du goût, celui du travail bien fait, du geste à la fois beau, précis et efficace, mais aussi de la patience, luxe que les usines ne peuvent pas se permettre. Maxime Cottereau, dont le père est le génie créateur de cette recette, explique que le pied de porc est cuit au bouillon pendant quatre heures dans une marmite, pour que le lendemain la viande se détache bien. Laisser le temps au temps, toujours, pour que les produits prennent du goût. Le lendemain, donc, les pieds sont réchauffés pendant 25 minutes puis désossés, et leur viande mélangée avec une farce composée de chair à saucisse, champignons et cognac… Le tout est roulé dans une crépine puis pané.

Pour l'amour du cochon

La pièce maîtresse du labo : un fourneau à bois de 1928, de la marque Gasnier & Bruni, spécialisée dans les « fours et fourneaux pour la charcuterie ». Pour l'alimenter, Maxime va lui-même jouer de la scie dans les forêts alentour avant de faire sécher sa « récolte » pendant quatre ans, le temps nécessaire pour ne pas risquer un feu irrégulier et intermittent, qui gâterait les cuissons. Et là, tout en ficelant, déficelant, hachant ou surveillant le feu de ses marmites, le charcutier nous confie son mépris pour les nitrites et autres poudres de perlimpinpin. À la place de ces sels nitrités, il utilise du sel de Guérande pour la conservation. Il raconte aussi les générations précédentes – « des vieux Gaulois ! » –, la gelée faite maison en faisant bouillir les couennes avec des assaisonnements, les recettes transmises à l'oral de père en fils, qu'il commence, lui, à coucher sur le papier pour préserver le patrimoine familial.

En voie de disparition, cet artisanat charcutier possède encore quelques très dignes représentants. Très respectueux de l'histoire de sa famille et de l'œuvre de ses aïeuls, Maxime Cottereau la prolonge avec sérieux, rigueur et gourmandise. Car le bonhomme est aussi une sacrée fine gueule et la quatrième génération d'une dynastie amoureuse du cochon : « Il y a au moins une recette pour chaque morceau du cochon… Cet animal est fabuleux. » Vous en doutiez ? ❖

Charcuterie Cottereau, 37400 Amboise.

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES P. 122

1

2

1. La justesse de la cuisson, voilà l'un des secrets d'une charcuterie artisanale réussie ! **2. Caroline, l'épouse de Maxime,** en train de couper le délicieux boudin noir maison. Aussi bon froid que chaud. **3. Maxime réalimente** le vieux four à bois de 1928, avec du bois qu'il va lui-même couper dans les forêts environnantes et laisse ensuite sécher pendant quatre années avant de l'utiliser. Chaque détail compte !

3

L'ortie *se cuisine aussi !*

Connue pour ses propriétés urticantes, l'ortie laisse souvent un mauvais souvenir aux promeneurs… Pourtant, cette plante comestible se glisse dans de nombreuses recettes (promis, elles ne piquent pas !).

Texte, stylisme et recettes **Sophie Dupuis-Gaulier.** Photos **Nathalie Carnet.**

Très riche en vitamines, notamment C, en minéraux (fer, calcium, potassium…) et en oligo-éléments, l'ortie est une plante qui mérite d'être connue. On la trouve facilement au bord des champs, sur des talus… Mais bien sûr, préférez des endroits en pleine nature, loin des bords de route, où la pollution s'accumule, et loin des bords des chemins pour éviter les déchets. Équipez-vous de petits gants fins pour ne pas vous piquer (même si on peut aussi les prendre à rebrousse-poil, mais cela nécessite un petit tour de main) et cueillez les premières feuilles, les plus tendres. Une fois chez vous, plongez-les une dizaine de minutes dans de l'eau froide additionnée de vinaigre blanc afin d'éliminer les pucerons ou autres insectes, puis rincez-les à l'eau claire. Si vous souhaitez les manger crues (en salade, en pesto…), plongez-les quelques secondes dans une casserole d'eau bouillante. Égouttez-les et séchez-les bien. Si vous préférez ne pas les ébouillanter, vous pouvez frotter ou rouler les feuilles entre vos gants, ou les passer sous un rouleau à pâtisserie, de façon à casser les petits filaments urticants qui recouvrent les feuilles. Vous pourrez les manger crues en toute tranquillité. Et bien sûr, lancez-vous dans des recettes étonnantes ! ❖

SOUPE D'ORTIES ET ŒUF POCHÉ

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 50 min

■ 4 grosses poignées de feuilles d'ortie ■ 1 oignon ■ 2 grosses pommes de terre (environ 450 g) ■ 1 litre de bouillon de légumes (bio de préférence) ■ 30 g de beurre ■ 1 c. à soupe d'huile d'olive ■ 10 cl de crème liquide ■ 4 œufs ■ 6 c. à soupe de vinaigre blanc ■ 100 g de pain de campagne un peu rassis ■ Sel, poivre

1. Munissez-vous de gants et nettoyez les feuilles d'ortie dans de l'eau additionnée de 2 c. à soupe de vinaigre blanc. Épluchez l'oignon et les pommes de terre. Émincez finement l'oignon et coupez les pommes de terre en petits dés.

2. Faites fondre la moitié du beurre avec l'huile d'olive dans une casserole. Ajoutez l'oignon et les pommes de terre. Couvrez et laissez cuire à l'étuvée pendant 15 min. Ajoutez le bouillon de légumes préalablement porté à ébullition et les feuilles d'ortie. Laissez cuire 10 min (les pommes de terre doivent être tendres).

3. À l'aide d'un blender, mixez les légumes en ajoutant le liquide de cuisson jusqu'à l'obtention de la consistance désirée. Ajoutez la crème liquide et mélangez de nouveau. Rectifiez l'assaisonnement.

4. Taillez le pain rassis en petits dés et faites-les dorer 10 min dans une poêle avec le beurre restant.

5. Dans une casserole, portez de l'eau à ébullition. Ajoutez le reste du vinaigre blanc. Cassez un œuf dans une tasse. À l'aide d'un fouet, formez un tourbillon dans l'eau de cuisson, puis versez-y délicatement l'œuf. À l'aide d'une cuillère, rassemblez le blanc sur le centre de l'œuf. Laissez cuire pendant 3 min. Renouvelez l'opération pour chaque œuf.

6. Répartissez la soupe dans des assiettes, ajoutez un œuf, parsemez de croûtons et servez.

Notre conseil vin
Un touraine blanc

Une assiette équilibrée, à servir en entrée ou en plat léger

Astuce !

Vous pouvez varier les légumes et les mélanger en fonction de vos goûts et des saisons: navets, fenouil, courgettes, patate douce...

SALADE D'ORGE PERLÉ, CAROTTES RÔTIES AUX ORTIES

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 45 min

■ 160 g d'orge perlé ■ 1 grosse poignée de feuilles d'ortie ■ 4 carottes ■ 120 g de feta ■ 60 g de noisettes ■ 1/2 c. à café rase de cardamome ■ 1/2 c. à rase de cumin ■ 1/2 c. à café rase de curcuma ■ 1/2 c. à café de coriandre en poudre ■ 1/2 c. à café de paprika fumé ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1 citron vert ■ 2 c. à soupe de vinaigre blanc ■ 4 c. à soupe d'huile de noisette ■ Sel, poivre

1. Préchauffez le four à 180 °C. Faites cuire l'orge perlé selon les indications du paquet (environ 45 min).
2. Mélangez le cumin, la cardamome, le curcuma, la coriandre, le paprika et 2 c. à soupe d'huile d'olive. Salez, poivrez. Épluchez les carottes, coupez-les en deux dans la longueur puis en tronçons de 3 cm. Mélangez-les avec la marinade aux épices. Déposez l'ensemble sur une plaque de four tapissée de papier cuisson et enfournez pour 20 min.
3. Réservez les carottes rôties. Déposez les noisettes sur la même plaque et enfournez pour 6 min. Enfermez-les dans un torchon propre et frottez-les les unes contre les autres pour retirer la peau. Concassez-les grossièrement.
4. Effeuillez les orties, nettoyez les feuilles dans un grand volume d'eau additionnée de vinaigre blanc. Portez une casserole d'eau à ébullition et plongez-y les orties 10 s, égouttez-les et séchez-les soigneusement. Ciselez-les.
5. Pressez le citron vert. Fouettez l'huile de noisette avec le jus de citron vert. Salez et poivrez.
6. Mélangez les carottes rôties avec l'orge perlé, les orties, la feta coupée en dés et les noisettes concassées. Arrosez de vinaigrette et servez rapidement.

Notre conseil vin
Un alsace-pinot blanc

LINGUINE AU PESTO D'ORTIES ET AUX CREVETTES

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 10 min

■ 300 g de linguine ■ 16 crevettes crues ■ 3 grosses poignées d'orties ■ 40 g d'amandes ■ 40 g de parmesan ■ 15 cl d'huile d'olive + 2 c. à soupe ■ 1 petite gousse d'ail ■ 2 c. à soupe de vinaigre blanc ■ Sel, poivre

1. Préchauffez le four à 180 °C. Faites torréfier les amandes au four pendant 6 min. Laissez-les refroidir quelques instants puis concassez-les grossièrement.

2. Effeuillez les orties, nettoyez les feuilles dans un grand volume d'eau additionnée de 2 c. à soupe de vinaigre blanc. Égouttez. Dans une casserole d'eau portée à ébullition, plongez les orties 10 s, puis égouttez-les et séchez-les soigneusement.

3. Pelez la gousse d'ail et dégermez-la si nécessaire. Mixez les feuilles d'ortie avec les amandes, le parmesan et l'ail, puis ajoutez 15 cl d'huile d'olive. Salez, poivrez, mélangez. Réservez.

4. Faites cuire les linguine selon les indications du paquet. Dans une sauteuse à bord haut, faites chauffer l'huile d'olive restante. Ajoutez les crevettes et faites-les dorer 3 min. Égouttez les pâtes (réservez une petite louche d'eau de cuisson), puis ajoutez-les dans la sauteuse, avec l'eau de cuisson réservée et le pesto. Mélangez.

5. Servez aussitôt avec des rondelles de citron et du parmesan râpé.

Notre conseil vin
Un cassis blanc

Amateurs de pâtes au pesto, voici une recette pour changer !

BRUSCHETTAS AU FROMAGE FRAIS, AUX ORTIES ET AU SAUMON FUMÉ

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min

■ 4 tranches de pain de campagne ■ 1 poignée d'orties ■ 4 tranches de saumon fumé ■ 150 g de fromage frais, type Philadelphia ■ 1 petite gousse d'ail ■ 1 petit citron jaune bio ■ 2 c. à soupe de vinaigre blanc ■ 1 c. à soupe rase de graines de sésame ■ Sel, poivre

1. Effeuillez les orties. Lavez-les dans un grand volume d'eau additionnée de vinaigre blanc, puis plongez-les 10 s dans un grand volume d'eau portée à ébullition. Égouttez-les et séchez-les bien. Ciselez-les finement.
2. Épluchez la gousse d'ail, écrasez-la à l'aide d'un presse-ail. Zestez le citron finement. Mélangez le fromage frais, l'ail, le zeste de citron et les orties. Salez et poivrez.
3. Toastez le pain. Étalez le mélange de fromage frais dessus. Surmontez l'ensemble d'une tranche de saumon fumé et parsemez chaque bruschetta de zeste de citron restant et d'un peu de sésame. Servez rapidement.

Notre conseil vin
Un bourgogne-aligoté

PANCAKES AUX ORTIES

Pour environ 16 pancakes
Préparation : 15 min
Cuisson : 20 min

■ 3 grosses poignées d'orties ■ 2 c. à café de levure chimique ■ 25 cl de lait demi-écrémé ■ 30 g de sucre ■ 150 g de farine T65 ■ 70 g de farine T55 ■ 2 œufs ■ 30 g de beurre (+ un peu pour la poêle) ■ 2 c. à soupe de vinaigre blanc ■ Sirop d'érable pour le service ■ 1/2 c. à café de bicarbonate de soude alimentaire ■ 1 pincée de sel

1. Effeuillez les orties et nettoyez-les dans un grand volume d'eau additionnée de vinaigre blanc. Égouttez-les, rincez-les à l'eau claire, égouttez-les de nouveau et essorez-les. Réservez une vingtaine de feuilles moyennes. À l'aide d'un blender, mixez le reste avec le lait.
2. Faites fondre la moitié du beurre. Dans un saladier, mélangez les œufs avec le sucre, ajoutez les farines tamisées avec la levure et le bicarbonate. Ajoutez le lait au fur et à mesure et terminez par le beurre.
3. Graissez une poêle avec le reste du beurre. Déposez une louche de pâte dans la poêle, ajoutez quelques feuilles d'ortie entières. Laissez cuire 40 s environ, puis retournez-les et poursuivez la cuisson une vingtaine de secondes. Renouvelez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients.
4. Servez les pancakes tièdes, accompagnés de sirop d'érable.

Notre conseil d'accompagnement
Un cidre brut

ABONNEZ-VOUS

AU MAGAZINE DE L'ART DE VIVRE GOURMAND

Tous les mois
des recettes
inventives
et **de saison**

52,50€
10 numéros dont
un Spécial Fêtes

BULLETIN D'ABONNEMENT

À retourner sous enveloppe affranchie avec votre règlement à : SAMEBOX - EHBM, 3, rue du Pont-de-l'Arche, 37550 Saint-Avertin

SED304

OUI, je m'abonne à Saveurs (10 numéros dont un Spécial Fêtes) pour **52,50€** au lieu de ~~56€~~*.

MODES DE PAIEMENT :

- Par chèque à l'ordre des Éditions Hubert Burda Media
- **VOUS SOUHAITEZ RÉGLER PAR CARTE BANCAIRE ?**
  Flashez le QR code ci-contre ou rendez-vous sur notre site :
  abonnementmag.fr/mon-offre et entrez le code **SED304**

*Tarif de vente au numéro. DOM TOM et étranger : abonnez-vous directement via notre site abonnementmag.fr/mon-offre ou par téléphone au 09 88 99 47 63.

❑ Mme ❑ M. Date de naissance (pour fêter votre anniversaire) : / /

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Email : Téléphone :

(votre email est indispensable pour le suivi et la gestion de votre abonnement)

J'accepte de recevoir par email les offres et informations de : Éditions Hubert Burda Media : ❑ OUI ❑ NON et de ses partenaires : ❑ OUI ❑ NON

Offre valable 2 mois, en France métropolitaine. Vous disposez d'un droit de rétractation de 14 jours à compter de la réception du magazine en notifiant votre décision à notre service abonnement. La société les Éditions Hubert Burda Media, située 5 rue Barbès, 92120 Montrouge, est responsable du traitement et de la collecte de données afin de réaliser l'abonnement au magazine Saveurs. Vos données sont transmises aux sociétés en charge de l'abonnement et sont conservées pendant 5 ans. Si vous ne fournissez pas l'ensemble des champs mentionnés ci-dessus, les Éditions Hubert Burda Media ne pourront pas procéder à l'abonnement. Vos données postales sont susceptibles d'être transmises à nos partenaires commerciaux. Si vous ne le souhaitez pas, cochez cette case ❑. Conformément à la réglementation en vigueur, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, de modification, de suppression et d'opposition au traitement des informations vous concernant. Pour exercer ces droits, il vous suffit de nous écrire par e-mail (dpo@nuitetjour.fr) ou par courrier (Burda bleu, 5, rue Barbès, 92120 Montrouge) en joignant la copie d'un justificatif d'identité comportant votre signature.

Le *Monument des Découvertes,* de l'artiste Leopoldo de Almeida, s'impose comme la proue d'un bateau face au Tage. Il met à l'honneur les navigateurs et explorateurs portugais qui ont marqué l'histoire du pays.

Lisbonne en 7 étapes

D'un côté, la nostalgie du pays d'antan perdure, incarnée par les tavernes traditionnelles; de l'autre, un élan de vie porté par une population cosmopolite a fait naître une cuisine bouillonnante de créativité. Découverte d'une capitale en transition.

Texte et photos **Maëva Terroy.**

Sur la rive sud du Tage, ambiance conviviale à la terrasse de ce restaurant qui permet d'admirer la ville et son pont.

Linge au vent et facades recouvertes d'azulejos, une image pittoresque et omniprésente dont on ne se lasse pas!

La capitale lisboète change peu à peu. En quelques années à peine, elle est passée de grande ville discrète à l'ambiance de village au point de chute préféré de nombreux expatriés européens et américains. Dans la foulée, les quartiers touristiques du Chiado et du Bairro Alto ont assisté à l'installation d'une vague de restaurateurs créatifs proposant une cuisine bistronomique branchée. Parmi eux, José Avillez et Henrique Sá Pessoa, les deux chefs les plus en vogue dans le pays, chacun déjà à la tête d'un restaurant doublement étoilé, incarnent parfaitement cette nouvelle scène culinaire qui prend plaisir à remettre subtilement au goût du jour les recettes les plus traditionnelles.

Entre fado et mixologie

Fief d'une génération de cuisiniers souvent inspirés par ces deux chefs, l'hyper-centre de la capitale compte de nombreux restaurants installés dans les endroits les plus improbables – couvents, anciennes poissonneries… –, tandis que les bars spécialisés dans les cocktails sophistiqués abondent dans les petites rues pavées, pour le plus grand bonheur des passionnés de mixologie. Mais ce qui fait tout le charme de cette ville paisible ouverte sur la mer, ce sont ces multiples clins d'œil au Portugal d'autrefois. Les façades d'azulejos entrecoupées de vêtements suspendus sur un fil à linge demeurent intactes, les concerts de fado continuent de raviver les émotions les plus enfouies, et les tavernes, restées dans leur jus, nous régalent encore et encore avec leurs traditionnelles sardines frites et crevettes à l'ail arrosées d'un *vinho verde*, comme seuls les Portugais savent le faire. ❖

Les surfeurs lisboètes n'ont qu'une vingtaine de kilomètres à faire, depuis le centre, pour se rendre sur les plages de la côte de Caparica.

Sublimes, les dunes de la plage de Guincho s'étendent jusqu'à l'entrée du parc naturel de Sintra-Cascais.

1 DÉCOUVRIR LA CÔTE

L'un des atouts de Lisbonne, c'est sa proximité directe avec l'Atlantique. Les premières plages se situent à 30 minutes à peine du centre de la capitale en train, depuis la gare de Cais do Sodré. La côte est bordée de longues plages de sable blanc, au sud, comme sur la côte de Caparica, de criques creusées dans la roche et de dunes, comme dans la station balnéaire de Cascais et sur la plage de Guincho, au nord. Les options pour piquer une tête, faire de la voile, prendre l'air marin ou observer les surfeurs en quête du rouleau parfait sont nombreuses. Si l'on ajoute à cela un ciel bleu, un soleil quasi omniprésent et quelques restaurants approvisionnés en poissons et fruits de mer tous les matins, on tient alors peut-être la formule de ce que les Portugais nomment « les bonheurs de la vie ordinaire ». Enfin, si vous êtes véhiculés, poussez l'exploration jusqu'au parc naturel d'Arrábida, où se trouve la jolie ville de Setúbal et son incroyable marché aux poissons, sans oublier la plage de Galapinhos, élue il y a quelques années comme l'une des plus belles plages au monde.

Le *vinho verde,* un vin typiquement portugais réputé pour sa fraîcheur.

2 DÉGUSTER DU VINHO VERDE

Le Portugal ne produit pas que du porto. Le pays, ponctué de vignobles sur la totalité de son territoire, confectionne autant de vins que l'Italie, et 15 % du vin local concernent la production de *vinho verde* ou « vin vert ». Protégé par une dénomination d'origine contrôlée (DOC), ce vin de la région de Minho, située dans le nord-ouest du pays, accompagne à merveille les fruits de mer. Sec, vif, légèrement perlant, caractérisé par une belle minéralité, le *vinho verde* ne doit pas son nom aux reflets verts de sa robe, mais à la précocité des vendanges de ses raisins et de sa mise en bouteille. C'est un vin jeune titrant entre 10 et 11°, réalisé avec des raisins cueillis avant maturité puis embouteillé 3 mois après la récolte. De nombreux restaurants et caves de la capitale, comme chez Garrafeira (av. Sacadura Cabral, 45) et au Palácio Ludovice, organisent des dégustations.

Made in Lisbonne

Bacalhau à Brás

Pour 6 personnes
Préparation : 30 min
Cuisson : 30 min

■ 800 g de morue dessalée ■ 800 g de pommes de terre ■ 2 oignons ■ 4 gousses d'ail ■ 6 œufs ■ Quelques brins de persil ■ 18 olives noires ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ 20 cl d'huile neutre ■ Sel, poivre

1. Faites cuire la morue dans un grand volume d'eau bouillante une dizaine de minutes. Laissez refroidir, puis enlevez les arêtes et la peau. Émiettez la chair.
2. Épluchez les pommes de terre et taillez-les en frites très fines. Faites-les frire dans l'huile neutre bien chaude.
3. Pelez les oignons, coupez-les en deux, puis en lamelles. Hachez l'ail et le persil.
4. Faites chauffer l'huile d'olive et faites-y revenir l'ail et les oignons. Ajoutez ensuite la morue et laissez cuire 2 à 3 min sur feu doux, en remuant régulièrement. Ajoutez enfin les frites et mélangez délicatement.
5. Battez les œufs en omelette et ajoutez-y la moitié du persil, salez et poivrez. Incorporez ce mélange à la préparation précédente et laissez cuire sur feu doux pendant quelques minutes.
6. Répartissez dans les assiettes, ajoutez 3 olives par assiette pour la décoration ainsi qu'un peu de persil.

Notre conseil vin
Un vinho verde blanc ou un muscadet-sèvre-et-maine-sur-lie
Une recette de Nossa Churrasqueira, restaurant spécialisé en cuisine portugaise, à Paris.

Situé sur la plus haute colline du centre historique, le château médiéval de São Jorge est l'un des monuments les plus visités de la ville.

Les collines escarpées de Lisbonne offrent d'impressionnants points de vue sur la ville, comme ici au belvédère *(miradouro)* de São Pedro de Alcântara.

Emprunter le tram 28E, un incontournable pour découvrir Lisbonne : il sillonne la ville en passant par de nombreux lieux emblématiques.

3 EMBRASSER LA VILLE DU REGARD DEPUIS SES NOMBREUX POINTS DE VUE

Installée à cheval sur sept collines et ouverte sur le Tage, Lisbonne est réputée pour ses nombreux points de vue sur l'eau et ses façades colorées. Pour y accéder, il faut bien souvent grimper un grand nombre de marches se faufilant entre les édifices pittoresques. Parmi ceux à ne pas manquer, le *miradouro* de São Pedro de Alcântara, situé dans le Bairro Alto, offre une vue dégagée sur le château, le Tage et le pont suspendu, dans une atmosphère paisible, bercée par l'écoulement des fontaines. Le *miradouro* de Santa Luzia permet d'observer les quartiers de l'Alfama et de la Baixa à l'ombre des bougainvilliers. Enfin, pour un coucher du soleil majestueux, cap sur le *miradouro* de Santa Catarina.

Made in Lisbonne

Poissons et fruits de mer occupent une place importante dans la cuisine traditionnelle portugaise.

Arroz de marisco

Pour 6 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 40 min

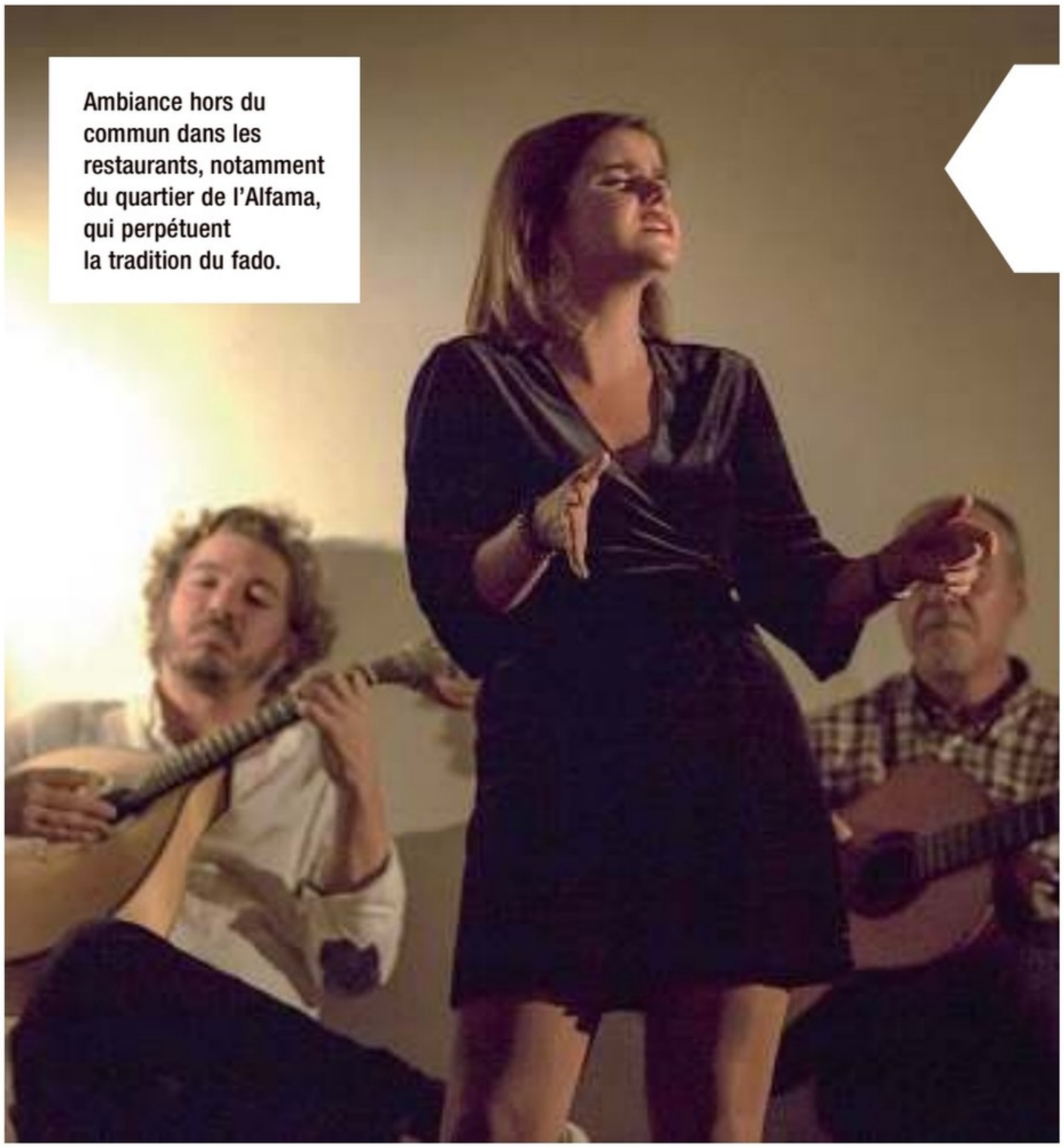
■ 800 g de fruits de mer cuits (palourdes, moules, coques, crevettes, encornets) ■ 750 g de tomates pelées en boîte ■ 250 g de riz extra-long ■ 2 oignons ■ 3 gousses d'ail ■ 1 citron ■ 1,5 litre de fumet de poisson ■ 15 cl de vin blanc ■ Quelques brins de persil ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel

1. Pelez et hachez finement l'ail et les oignons. Faites-les revenir dans l'huile d'olive chaude pendant 5 min.
2. Lorsqu'ils sont tendres, ajoutez le riz, faites revenir les grains 2 min, puis ajoutez le vin blanc. Remuez, laissez s'évaporer l'alcool, puis ajoutez les tomates en les écrasant grossièrement. Laissez mijoter 5 min. Ajoutez le fumet de poisson progressivement, tout en remuant.
3. Lorsque le riz est cuit, ajoutez les fruits de mer dans celui-ci, versez le jus du citron et parsemez de persil avant de servir.

Notre conseil vin
Un tavel

Une recette de Nossa Churrasqueira, restaurant spécialisé en cuisine portugaise, à Paris.

4 ADMIRER LES AZULEJOS

L'art décoratif emblématique du Portugal est facile à repérer. Des carreaux de faïence émaillés, appelés *azulejos,* donnent une identité visuelle caractéristique au Portugal, qui n'est pas sans rappeler les édifices religieux du sud de l'Espagne. Introduit par les Maures, qui l'ont eux-mêmes emprunté aux Perses, cet art s'est d'abord développé en Andalousie au XVe siècle, avant de rencontrer un franc succès au Portugal trois siècles plus tard. Désormais adoptés sans réserve, les carreaux décorés de motifs géométriques ou picturaux représentant des fleurs ou des scènes de vie grandeur nature s'observent à tous les coins de rue de Lisbonne, sur les façades des monuments historiques et des immeubles d'habitation, mais aussi dans les restaurants, les magasins ou encore le métro. Envie de retracer l'histoire de ce carré précieux ? Le musée national de l'Azulejo, installé dans l'ancien couvent de la Madre de Deus, possède une collection singulière et intéressante.

Ambiance hors du commun dans les restaurants, notamment du quartier de l'Alfama, qui perpétuent la tradition du fado.

5 DÎNER EN ÉCOUTANT DU FADO

Il n'y a pas de meilleur moyen pour s'imprégner de l'âme des Portugais que d'écouter du fado. Ce chant typique est devenu populaire au début du XIXe siècle, d'abord dans les classes ouvrières, avant de s'introduire dans les salons des hautes sphères de la société. Composé de chants mélancoliques et de guitares traditionnelles à douze cordes, dont la mélodie légère contraste avec la profondeur de la voix, les spectacles de fado sont débordants d'intensité et incarnent à la perfection la *saudade,* un concept portugais que l'on retrouve aussi dans la littérature, évoquant un désir nostalgique teinté de chagrin, de remords et de solitude. S'il est encore parfois possible d'assister à un concert de fado en pleine rue, les artistes se produisent désormais surtout dans des restaurants spécialisés dans les « dîners fado ». La plupart de ces établissements se trouvent dans les quartiers de Mouraria, de l'Alfama et du Bairro Alto et proposent une formule incluant le dîner et le spectacle. Les clients sont conviés à une heure précise, et le repas est entrecoupé de deux à trois interludes musicaux, dans une ambiance tamisée.

6 MANGER LES MEILLEURS PASTÉIS DE NATA DU PAYS

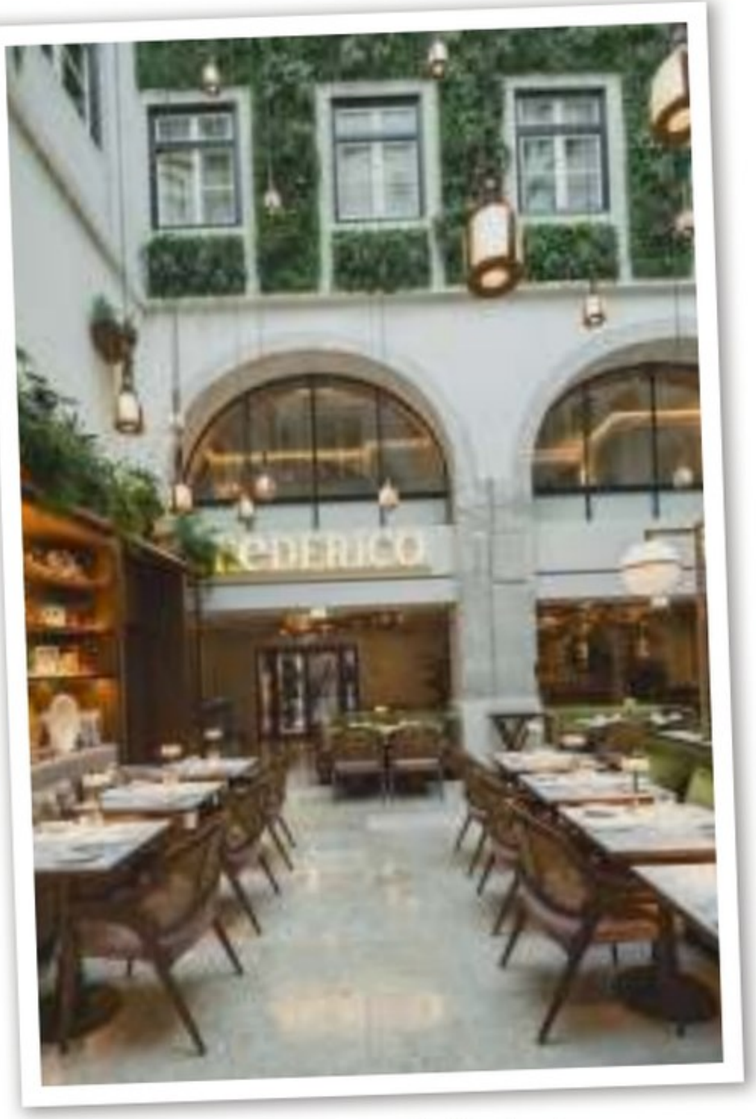
Beaucoup de pâtisseries portugaises ont été créées dans les monastères, dès le Moyen Âge, par des religieuses et des moines, et vendues comme moyen de compléter leurs revenus. Bien que les recettes traditionnelles aient progressivement intégré des ingrédients rapportés des expéditions en Amérique, les recettes sont souvent restées proches de leurs versions de jadis. C'est le cas du *pastel de nata,* l'icône de la pâtisserie portugaise. Délice éphémère qui se croque en deux bouchées, pas plus, ce petit flan à la pâte feuilletée croustillante et au cœur crémeux est confectionné dans tout le pays, mais la boutique de Belém, installée depuis le XIXe siècle à Lisbonne sur les rives du Tage (rua de Belém, 84 a), en détient la recette ancestrale. Considérée comme la « meilleure du pays » par les Portugais, cette pâtisserie attire les foules et produit près de 1 000 bouchées chaque jour. Une gourmandise à déguster sur place ou à emporter. Pour la savourer à sa juste valeur, mangez-la le jour J, encore tiède et divinement croustillante.

Classé parmi les meilleurs marchés de poissons du monde, celui de Livramento, installé dans les halles couvertes de la ville de Setúbal, à 45 minutes de Lisbonne, mérite le détour pour son immense mur en azulejos et la qualité de sa marchandise.

7 FAIRE UN RÉGIME 100 % POISSONS ET FRUITS DE MER

L'engouement des Portugais pour les produits de la mer s'explique évidemment par la géographie du pays. Avec une côte de presque 2000 km sur l'océan Atlantique, la pêche représente l'un des marchés les plus importants du pays. La morue, figure incontournable de la gastronomie locale, y est cuisinée à toutes les sauces. Il y a le *bacalhau com natas,* la fameuse brandade de morue ; le *bacalhau à Brás,* morue émiettée avec une écrasée de pommes de terre, oignons et persil, le tout lié avec des jaunes d'œufs ; façon tartare, grand classique des tables branchées du centre-ville ; le *bacalhau à Gomes de Sá,* une salade de morue et de pommes de terre mélangée avec des œufs durs… Dans les adresses contemporaines comme dans les tavernes traditionnelles, on retrouve également des *petiscos,* des petites assiettes garnies de sardines ou de seiche frites, de couteaux à l'ail, de poisson en escabèche ou encore de salade de poulpe mariné. La viande, bien sûr, a aussi sa place dans la cuisine portugaise, mais le poisson y est roi.

Habitués à se fournir auprès des pêcheurs locaux, les restaurateurs privilégient une carte tournée vers les produits de la mer.



Le restaurant Federico de l'hôtel Palácio Ludovice

LES HÔTELS

♥ Palácio Ludovice Hotel

L'ancienne résidence privée de Federico Ludovice, architecte du roi João V, au XVIIIe siècle, a été transformée il y a deux ans en cet hôtel-restaurant chic. Voûtes, pierres apparentes, bois sculpté sur les plafonds, traditionnels azulejos… L'établissement met en valeur sa construction d'origine avec une touche contemporaine. Les chambres affichent une décoration rétro réussie et offrent une très belle vue (celle du belvédère de São Pedro de Alcântara). À partir de 200 €.
Rua de São Pedro de Alcântara 39, 1250-237 Lisbonne. www.palacioludovice.com

1908 Hotel

Hôtel construit en 1908, situé aux portes du quartier de l'Alfama, à la décoration contemporaine. Les chambres sont spacieuses, confortables et minimalistes, et l'accueil est exceptionnel. Conseils d'itinéraires malins, liste des meilleurs restaurants de la ville et des musées à ne pas manquer… À partir de 194 €.
Largo do Intendente Pina Manique 6, 1100-285 Lisbonne. www.1908lisboahotel.com

Casa Palmela

Situé à une trentaine de kilomètres de la capitale, dans le parc naturel d'Arrábida, cet hôtel est un véritable havre de paix. Entouré de vignes et de sentiers pour se balader à pied ou à cheval (l'établissement propose des sorties équestres en extra), doté d'une belle piscine et de chambres très agréables, cet établissement est l'adresse idéale des voyageurs en quête d'un séjour dans un environnement sauvage. À partir de 210 € la chambre (petit déjeuner inclus).
Quinta do Esteval, Estrada Nacional 10, km 33.5, Setúbal. hotelcasapalmela.pt

LES RESTAURANTS

♥ Federico

Décoration cosy, service sympathique et professionnel, cuisine gastronomique savoureuse… Ouvert aux clients extérieurs, le bar-restaurant de l'hôtel Palácio Ludovice est un lieu sophistiqué. Le chef y revisite les classiques de la gastronomie portugaise avec brio. Au menu, on retrouve le traditionnel riz aux fruits de mer, ici servi crémeux avec des gambas et du cabillaud mi-cuit, et le *pastel de nata,* dans une version régressive au caramel au lait et au café. Amateurs de vin et de cocktail, ne manquez pas la dégustation des vins de la région et les créations du bar. Environ 40 € par pers. Ouvert tous les jours.
Rua do Diário de Notícias 150, 1200-088 Lisbonne.

Decadente

Restaurant branché que seuls les initiés connaissent, installé au fond de l'hôtel The Independente. Depuis la terrasse, on observe les cuisiniers dresser des assiettes de tapas créatives dans une vaisselle désuète. Leurs plats possèdent une identité marquée, teintée de saveurs fumées et torréfiées, comme avec l'étonnant chou brûlé, houmous, panure panko et zeste d'agrumes… Divin ! Environ 30 € par personne. Ouvert le soir uniquement.
Rua de São Pedro de Alcântara 81, 1250-238 Lisbonne. thedecadente.pt

Tapisco

Une adresse du chef Henrique Sá Pessoa qui ne désemplit pas, dans le quartier du Bairro Alto. Petite salle ambiance brasserie, avec cuisine ouverte sur le comptoir façon cantine japonaise, où l'on se régale de ceviche, de *bacalhau à Brás,* de riz noir à l'encre de seiche ou encore de palourdes cuisinées façon marinière. Tapas 8 €-24 €, plats 22 €-55 €. Ouvert tous les jours. Pensez à réserver.
Rua Dom Pedro V 81, 1250-093 Lisbonne. www.tapisco.pt

Oficio

Oficio incarne la nouvelle scène culinaire lisboète. Service décontracté, décoration étudiée, assiettes impeccables, l'établissement propose une série de tapas mettant à l'honneur le poisson, les fruits de mer et certaines viandes locales dans des recettes originales. Dans l'assiette, certaines associations de produits surprennent, les textures déroutent et font de ce restaurant une adresse atypique. Env. 35 € par personne. Fermé dim. et lundi.
Rua Nova da Trindade 11k, 1200-301 Lisbonne. www.oficiolisboa.pt

Ponto Final

Prisée des Lisboètes pour sa terrasse étendue sur la rive du Tage, cette taverne propose une cuisine populaire généreuse telle que les crevettes à l'ail, la salade de poulpe et la fameuse *feijoda a la transmontana,* un ragoût de haricots au porc. Environ 20 € par personne. Fermé le mardi.
Rua do Ginjal 72, 2800-285 Almada.

Associação do Fado Casto

Restaurant de fado installé dans un bâtiment typique du XVIIIe siècle pensé comme une chapelle romaine, avec une grande hauteur sous plafond et des voûtes. Grâce à l'acoustique particulière du lieu, la mélodie et les chants des interprètes qui s'y produisent résonnent avec intensité. Installé sur de grandes tables d'hôtes, dans une ambiance conviviale, on y déguste des spécialités traditionnelles en profitant d'un concert vibrant dans un cadre intimiste. 50 € par personne (repas + dîner + vin). Les vendredis et samedis uniquement.
Rua de São Mamede 8A, 1100-058 Lisbonne. associacaodofadocasto.pt

Pique-nique à l'italienne

Un rayon de soleil vous donne envie d'un déjeuner sur l'herbe ? Tarte fine, petites bouchées gourmandes, sandwichs maison, salades colorées… Inspirez-vous de ces recettes pour un pique-nique aux airs de dolce vita.

Recettes et stylisme **Laura Zavan.** Photos **Valérie Lhomme.**

Des amuse-bouches pleins d'originalité

Une salade qui peut faire office de plat

Une tarte salée facile à transporter

Des mini-cakes incroyablement moelleux

Le conseil de Laura

« Les poivrons et les anchois s'accordent à merveille. En Italie, ces petits poissons sont largement utilisés pour rehausser la saveur des plats : ce sont de véritables exhausteurs de goût ! Cette recette peut être présentée sous forme de bouchées individuelles ou bien être utilisée comme garniture (dans ce cas, gardez les morceaux entiers, sans les rouler). Si vous les coupez en morceaux, ils seront parfaits pour assaisonner des pâtes. Si vous les préparez à l'avance, c'est assez simple de les peler quand ils sont cuits. »

BOUCHÉES DE POIVRON GRILLÉ AUX ANCHOIS

Pour 18 bouchées
Préparation : 30 min
Cuisson : 1 h

■ 3 poivrons ■ 80 g de filets d'anchois à l'huile d'olive ■ 1 gousse d'ail ■ 1 c. à café de graines de fenouil (fenouil sauvage, de préférence) ■ 1/2 piment sec ou 1/2 c. à café rase de piment d'Espelette ■ 30 g de chapelure maison (pain rassis, gressins ou biscottes mixés) ■ 1 c. à café rase d'origan sec du sud de l'Italie ■ Huile d'olive ■ Sel
Ustensiles : Piques en bois ou bambou

1. Préchauffez le four à 180 °C. Coupez les poivrons en deux, enlevez le pédoncule, la partie blanche et les pépins. Redécoupez chaque moitié en 2 ou 3 morceaux (selon la taille du poivron). Disposez-les sur la plaque du four huilée ou tapissée de papier cuisson.
2. Égouttez les anchois et hachez-les au couteau, mélangez-les ou mixez-les avec le piment, l'origan, 3 c. à soupe d'huile et les graines de fenouil préalablement moulues ou écrasées, vérifiez s'il faut saler. Étalez une petite cuillère de farce sur chaque morceau de poivron, saupoudrez de chapelure et versez un filet d'huile. Enfournez pour 50 min à 1 h.
3. Laissez-les refroidir, puis déposez 1 feuille de basilic sur chaque morceau de poivron, roulez-les et maintenez-les avec une pique.

Notre conseil vin
Un corse-calvi blanc

PETITS PAINS AUX LÉGUMES GRILLÉS ET AU PESTO DE PISTACHES

Pour 12 à 14 petits pains
Préparation : 1 h **Cuisson :** 2 h 10

Pour les pains : 300 g de farine de petit épeautre (ou de farine de blé ou sans gluten) ■ 2 c. à soupe rases de psyllium blond (en magasin bio) ■ 3 c. à soupe rases de graines de lin (en magasin bio) ■ 1 c. à café rase de bicarbonate de soude alimentaire ■ 1 c. à café rase de sel fin gris ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ 30-35 cl d'eau tiède ■ 6 c. à soupe rases de graines de sésame, de tournesol et/ou de courge
Pour la garniture : 150 g de mozzarella de bufflonne ■ 150 g de stracchino (fromage frais crémeux au lait de vache) ou à défaut, de la ricotta ou de la scamorza nature ou fumée ■ 1 aubergine moyenne ■ 1 poivron moyen ■ 2 courgettes moyennes ■ 2 tomates allongées ■ Origan ■ 2 c. à soupe rases de chapelure maison (pain, gressins ou biscottes mixés) ■ 14 feuilles de basilic ■ 3-4 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel
Pour le pesto : 50 g de pistaches nature émondées ■ 20 cl d'huile d'olive ■ Sel, poivre

Ustensiles : 1 moulin à café ou 1 mini-hachoir ■ 1 plaque d'empreintes à muffin ■ 1 pinceau de cuisine

1. Préparez les pains. Préchauffez le four à 200 °C (chaleur statique). Réduisez en poudre les graines de lin dans un moulin à café électrique (ou manuel) ou dans un mini-hachoir. Mélangez tous les ingrédients secs puis ajoutez 30 cl d'eau tiède et l'huile, mélangez, puis ajoutez encore de l'eau au besoin, de façon à obtenir une pâte souple, assez dense et collante. Prenez la plaque d'empreintes à muffin (huilées ou antiadhésives) et, à l'aide de 2 cuillères à soupe, remplissez chaque empreinte avec l'équivalent d'une grosse cuillère de pâte. Mouillez les graines (pour éviter qu'elles ne brûlent à la cuisson) et répartissez-les sur le dessus des petits pains en appuyant légèrement. Cuisez au four 40 min (vérifiez la cuisson avec la lame d'un couteau).
2. Préparez les légumes de la garniture. Préchauffez le four à 200 °C. Coupez l'aubergine en rondelles de 1 cm d'épaisseur, badigeonnez-les d'huile au pinceau et faites-les cuire sous le gril du four jusqu'à ce qu'elles soient dorées des deux côtés (environ 15 min), saupoudrez d'origan. Faites de même avec les courgettes, en les coupant en lamelles de 0,5 cm. Coupez le poivron en deux, ôtez le pédoncule, la partie blanche et les pépins, puis cuisez-les sous le gril (25 min) jusqu'à ce que la peau commence à noircir et fasse des cloques. Laissez refroidir le poivron dans un sac en papier, il sera plus facile d'enlever la peau une fois qu'il sera froid. Coupez les tomates en deux, enlevez les pépins et farcissez-les avec la chapelure mélangée avec 3 pincées d'origan, du sel, un peu d'huile d'olive, cuisez au four 40 min.
3. Préparez le pesto. Mixez grossièrement les pistaches avec 2 pincées de sel et de poivre ainsi que l'huile d'olive.
4. Coupez les pains en deux, tartinez-les de pesto, garnissez-les de lamelles de mozzarella ou de stracchino, de légumes et de basilic.

Notre conseil vin
Un pays-d'oc rosé

Le conseil de Laura

« Pour cette recette très simple et rapide à réaliser, pas besoin de levure ou de levain, et on peut utiliser des farines sans gluten. Ceci est possible grâce au tégument (enveloppe végétale) du psyllium blond et aux graines de lin, qui prennent une consistance mucilagineuse au contact de l'eau. Ensemble, ils confèrent au pain une texture moelleuse. Pour 300 g de farine, j'ajoute généralement entre 35 et 40 cl d'eau, selon le taux d'absorption de la farine, afin d'obtenir une pâte souple et collante. Souvent, j'ajoute également d'autres graines moulues pour plus de goût et de nutriments. Vous pouvez également confectionner un grand pain, en le faisant cuire dans un moule à cake pendant 1 h. »

Le conseil de Laura

« Complets, les grains de riz rouge italien ou de Camargue conservent parfaitement leur texture, ce qui permet de les faire sauter à la poêle pour les réchauffer ou de les utiliser dans une salade, comme ici. Encore meilleure le lendemain, la caponata peut également être servie en garniture pour un plat principal ou sur des crostinis pour l'apéritif. »

SALADE DE RIZ ROUGE AU THON ET CAPONATA

Pour 4-6 personnes
Préparation : 35 min
Cuisson : 1 h

■ 300 g de riz rouge italien, variété ermes (hermès), ou de riz rouge de Camargue ■ 3 branches de céleri ■ 250 g de tomates cerise de différentes couleurs ■ 100 g de thon à l'huile d'olive ■ 3 c. à soupe bombées d'olives ■ 1 c. à soupe rase d'origan sec du sud de l'Italie (ou 1 botte de basilic) ■ 4 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel
Pour la caponata : 400 g d'aubergine (1 ou 2 petites) ■ 1 petit oignon ■ 1 branche de céleri ■ 2 tomates allongées ■ 2 c. à soupe bombées d'olives ■ 10 g de câpres (au sel, de préférence) ■ 2 c. à soupe bombées de raisins secs ■ 2 c. à soupe bombées de pignons ■ 12 feuilles de basilic ■ 2 c. à soupe rases de sucre ■ 2 c. à soupe de vinaigre de vin rouge ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive

1. Rincez bien le riz sous l'eau courante, faites-le cuire dans l'eau bouillante légèrement salée, 35 à 40 min. Égouttez-le et laissez-le refroidir.
2. Quand il est froid, assaisonnez le riz avec l'huile d'olive, l'origan, le céleri épluché et coupé en dés, les tomates cerise coupées en deux, les olives et le thon en morceaux.
3. Préparez la caponata. Faites tremper les raisins secs dans l'eau tiède pendant 10 min. Faites tremper les câpres dans de l'eau tiède également, pour les dessaler. Épluchez et émincez l'oignon. Épluchez le céleri et coupez-le en morceaux de 1 cm. Enlevez la peau des tomates, épépinez-les et coupez-les en dés. Coupez l'aubergine en dés de 1,5 cm, poêlez ces derniers avec 2 c. à soupe d'huile, en remuant souvent, jusqu'à ce qu'ils soient dorés et tendres (10 min), salez à votre goût, sucrez et versez le vinaigre. Ajoutez ensuite l'oignon, le céleri, les olives, les câpres dessalées, les raisins secs et les pignons, laissez mijoter 5 min, puis ajoutez les tomates et laissez compoter quelques minutes à feu doux. Vérifiez l'assaisonnement. Hors du feu, ajoutez le basilic déchiré à la main.
4. Servez la salade de riz accompagnée de la caponata.

Notre conseil vin
Un picpoul-de-pinet

Le conseil de Laura

« Cette *croccantina di zucchine e cipolle* est très simple à préparer. Il vous suffit de mélanger les ingrédients et de les enfourner pour 1 h. Pour varier, testez la recette avec des tomates, des olives et des herbes aromatiques. L'essentiel est d'obtenir une pâte fine, pas plus épaisse qu'un centimètre, pour une texture bien croustillante. Vous pouvez également jouer sur les farines, en optant pour des versions sans gluten. »

TARTE FINE ET CROQUANTE AUX COURGETTES ET AUX OIGNONS

Pour 16 pièces
Préparation : 15 min
Cuisson : 1 h

■ 300 g de courgettes ■ 150 g d'oignons ■ 220 g de farine de petit épeautre (ou de farine de blé ou de farine sans gluten) ■ 290 g d'eau de source ■ 4 c. à soupe bombées de semoule de maïs fine (pour polenta) ou de chapelure maison (pain rassis, gressins ou biscottes mixés) ■ 2 c. à café rases de sel gris ■ Huile d'olive

1. Préchauffez le four à 200 °C (chaleur statique).
2. Dans un grand saladier, mélangez la farine, l'eau et 3 c. à soupe d'huile d'olive : vous devez obtenir une pâte plus dense qu'une pâte à crêpes. Salez.
3. Coupez très finement les oignons et les courgettes à l'aide d'une mandoline ou d'un bon couteau. Incorporez-les dans la pâte.
4. Tapissez la plaque du four de papier cuisson, saupoudrez de 2 c. à soupe de semoule de maïs et versez le mélange sur 1 cm d'épaisseur, saupoudrez avec la semoule de maïs restante, ajoutez un filet d'huile d'olive et enfournez pour 50 min à 1 h, jusqu'à ce que la surface soit bien dorée.
5. Dégustez soit bien chaud, pour profiter de la texture croquante, soit à température ambiante, pour un pique-nique. Servez avec une salade de tomates et de courgettes, par exemple.

Notre conseil vin
Un grignan-les-adhémar blanc

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES P. 122

MINI-CAKES À LA SEMOULE DE MAÏS, AUX AMANDES ET AUX FRAMBOISES

Pour 12 mini-cakes
Préparation : 15 min
Cuisson : 20 min

■ 150 g de semoule de maïs ■ 100 g de farine de petit épeautre (ou de farine sans gluten ou de blé) ■ 100 g de poudre d'amandes ■ 130 g de sucre de canne blond ■ 10 cl d'huile d'olive douce (ou d'huile végétale neutre ou de beurre fondu) ■ 2 œufs ■ 5 cl d'eau de fleur d'oranger ■ 1 sachet (7 g) de poudre à lever bio ■ 1 barquette de framboises fraîches ou surgelées (ou de myrtilles) ■ 1 pincée de sel
Ustensiles : Moules antiadhésifs à mini-cake

1. Préchauffez le four à 180 °C.
2. Mélangez la poudre d'amandes avec la farine, la semoule de maïs, le sucre, le sel et la levure. Ajoutez l'huile d'olive, les œufs légèrement battus et l'eau de fleur d'oranger, mélangez bien. Ajoutez ensuite délicatement les framboises (sauf une douzaine, pour la décoration).
3. Versez la préparation dans des petits moules à cake, enfoncez une framboise au milieu de chaque cake.
4. Enfournez à 180 °C pour 20 à 25 min, vérifiez la cuisson avec une lame de couteau. Ces mini-cakes se conservent 2 jours dans une boîte.

Notre conseil d'accompagnement
Un cabernet-d'anjou
ou un thé vert aux fruits rouges

Le conseil de Laura

« J'apprécie particulièrement la texture que la semoule de maïs donne à ces petits gâteaux, et la possibilité de varier les arômes selon les envies et ce que l'on a chez soi. Vous pouvez remplacer la poudre à lever par 3 c. à soupe de graines de lin moulues, 2 c. à soupe rases de psyllium et 1 c. à café rase de bicarbonate de soude alimentaire. »

Câpres
Du punch dans nos plats !

Commençons par un peu de théorie : savez-vous faire la différence entre des câpres et des câprons ? Si tous deux viennent du câprier, un arbuste méditerranéen, les câpres en sont les boutons floraux non éclos, récoltés avant maturité complète, et les câprons en sont les fruits matures. Plus gros, constellés de petits grains qui croquent sous la dent et vendus avec leurs tiges, ils s'utilisent davantage dans des recettes où l'on souhaite plus de texture : dans une caponata, un taboulé, une sauce tomate pour des tagliatelles, taillés en lamelles dans un tartare ou un vitello tonnato… Plus original ? On découvre les jeunes feuilles de câprier, qu'on trouve en bocal en épicerie grecque ou sur internet. Macérées dans du vinaigre puis confites à l'huile d'olive, elles peuvent être utilisées dans des salades, en garniture de bruschettas, cuisinées dans des sauces pour des pâtes, ciselées dans une pâte à pain… ❖

On connaît ces petits boutons floraux sur des pizzas, dans des salades, avec des poissons ou encore dans des sauces chaudes ou froides. Découvrez-les autrement !

Texte **Carole Garnier.** Recettes et stylisme **Audrey Cosson,** assistée d'**Alicia Moret.** Photos **Valérie Lhomme.**

TARTARE DE BŒUF AU COUTEAU, COURGETTES, MOUTARDE ET CÂPRES FRITES

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 20 min

■ 400 g de filet ou contre-filet de bœuf ■ 2 petites courgettes ■ 2 c. à soupe de câpres au vinaigre ■ Quelques feuilles de câpres à l'huile ■ Huile d'olive ■ Huile de friture
Pour la sauce : 1 c. à soupe de sauce soja ■ 1 c. à soupe de sauce Worcestershire ■ 1 c. à soupe de moutarde ■ 10 cl d'huile d'olive ■ 1 c. à café de ketchup ■ 1 filet d'anchois haché finement
Pour les pickles de graines de moutarde : 2 c. à soupe de graines de moutarde ■ 50 g de sucre ■ 100 g de vinaigre de cidre ■ 150 g d'eau

1. Pour les pickles de graines de moutarde, faites bouillir dans une casserole le sucre, le vinaigre et l'eau en remuant pour dissoudre le sucre. Versez sur les graines de moutarde. Laissez reposer le temps de préparer la recette.
2. Coupez la viande en petits dés au couteau et réservez au frais. Tranchez finement les courgettes en rondelles, puis en deux. Faites-les griller dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Réservez.
3. Égouttez et essuyez les câpres avec du papier absorbant. Faites-les frire dans l'huile de friture bien chaude pendant 30 secondes, puis égouttez-les.
4. Mélangez les ingrédients de la sauce dans un saladier. Au moment de servir, mélangez le bœuf à la sauce ainsi que les courgettes et les câpres. Servez agrémenté de pickles de graines de moutarde ainsi que des feuilles de câpres émincées sur le dessus.

Notre conseil vin
Un côte-roannaise

FLEURS DE COURGETTE EN BEIGNETS, MOUSSE DE RICOTTA AUX CÂPRONS

Pour 12 beignets
Préparation : 20 min **Cuisson :** 15 min

■ 12 fleurs de courgette très fraîches ■ 250 g de ricotta ■ 5 filets d'anchois à l'huile d'olive ■ 1 c. à soupe de câprons ■ 1 petit citron confit au sel ■ 4 brins de menthe ■ 2 gros œufs ■ Farine ■ Huile d'olive ■ Huile de friture ■ Fleur de sel
Ustensile : Friteuse

1. Rincez à peine et très délicatement les fleurs de courgette. Réalisez une incision au couteau sur le côté et retirez le pistil sans arracher les pétales. Hachez les filets d'anchois, le citron confit, les feuilles de menthe et les câprons. Mélangez le tout dans un saladier avec la ricotta et un filet d'huile d'olive, pour obtenir une farce homogène. Garnissez délicatement chaque fleur avec la préparation par l'incision réalisée.
2. Faites chauffer l'huile de friture dans une friteuse. Placez les œufs battus dans un bol, et la farine dans un autre.
3. Trempez chaque fleur dans la farine, puis dans les œufs. Plongez-les deux par deux dans l'huile bien chaude. Laissez cuire pendant 2 à 3 min, en retournant régulièrement pour qu'elles soient bien dorées.
4. Égouttez-les sur du papier absorbant. Parsemez de fleur de sel et dégustez chaud.

Notre conseil vin
Un côtes-de-provence blanc

ROUGETS SAUCE VIERGE AUX CÂPRONS ET SALADE DE FENOUIL ET D'ARTICHAUTS

Pour 4 personnes
Préparation : 30 min
Cuisson : 15 min

■ 4 rougets en filets ■ 5 artichauts poivrade ■ 1/2 bulbe de fenouil ■ 1 citron ■ Huile d'olive
Pour la sauce vierge : 1 citron bio ■ 2 tomates cerise ■ 10 feuilles de basilic ■ 10 câprons ■ 1 cébette ■ 1/2 gousse d'ail ■ 5 olives ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre
Ustensile : 1 mandoline

1. Préparez la sauce vierge. Râpez le zeste du citron, puis pressez une moitié du citron pour recueillir son jus. Mélangez le zeste et le jus de citron, l'huile d'olive, les tomates cerise coupées en petits dés, les câprons, la cébette ciselée, les olives en fines rondelles, le basilic et l'ail hachés. Salez, poivrez et réservez.
2. Tournez les artichauts poivrade en les arrosant de jus de citron (pour éviter qu'ils ne s'oxydent) et taillez-les en fines tranches à la mandoline. Faites de même avec le fenouil, après avoir retiré son cœur. Mélangez le tout avec un filet d'huile d'olive, salez et poivrez.
3. Dans un plat à four, déposez les filets de rouget. Nappez-les de sauce vierge et enfournez-les pour 15 min environ, à 180 °C (prolongez la cuisson s'ils ne sont pas assez cuits).
4. Servez les rougets chauds avec la salade de fenouil et d'artichauts.

Notre conseil vin
Un palette rosé

Une garniture tout en fraîcheur pour ces rougets hauts en couleur !

SALADE DE HARICOTS VERTS CROQUANTS, SAUCE AU TAHINI ET AUX CÂPRES

Pour 4 personnes
Préparation : 35 min
Cuisson : 15 min

■ 400 g de haricots verts ■ 2 tranches de brioche ■ 1/2 citron bio ■ Huile d'olive
Pour la sauce : 2 c. à soupe de tahini ■ 1 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1/2 citron ■ 2 c. à soupe de câpres au sel

1. Équeutez les haricots verts. Découpez la brioche en petits dés, faites-les revenir dans une poêle avec un filet d'huile d'olive, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et croustillants. Réservez.
2. Pour la sauce, rincez soigneusement les câpres, séchez-les et hachez-les finement. Mélangez le tahini avec l'huile d'olive, le jus du demi-citron et les câpres hachées. Ne salez pas.
3. Faites cuire les haricots verts 5 min dans l'eau bouillante non salée. Ajoutez 1 c. à soupe d'eau chaude de cuisson des haricots pour détendre la sauce au tahini. Une fois les haricots cuits, égouttez-les et plongez-les aussitôt dans un saladier d'eau très froide. Égouttez-les de nouveau. Prélevez des filaments de zeste sur le demi-citron restant.
4. Mélangez les haricots égouttés avec la sauce et les croûtons, parsemez de filaments de zeste. Servez aussitôt.

Notre conseil vin
Un bourgogne blanc

SANDWICH TOASTÉ FAÇON CAESAR, SAUCE AUX CÂPRES

Pour 4 sandwichs
Préparation : 20 min **Cuisson :** 10 min

Pour la sauce : 1 jaune d'œuf ■ 1 c. à soupe de moutarde au miel ■ 1 c. à soupe de parmesan râpé ■ 1 c. à soupe de jus de citron ■ 1/2 gousse d'ail ■ 10 cl d'huile de tournesol ■ 1 c. à soupe de câpres au vinaigre
Pour la garniture : 2 filets de poulet ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ 8 tranches épaisses de brioche ■ 20 g de beurre ■ 8 grandes feuilles de sucrine ■ Parmesan en copeaux ■ Quelques câprons ■ Sel, poivre

1. Préparez la sauce. Dans un saladier, fouettez le jaune d'œuf avec la moutarde, le parmesan, le jus de citron et l'ail haché. Ajoutez l'huile de tournesol peu à peu, en fouettant vivement, pour obtenir une mayonnaise ferme. Incorporez ensuite les câpres hachées. Réservez au réfrigérateur.
2. Préparez la garniture. Dans une poêle, faites chauffer 2 c. à soupe d'huile d'olive. Faites griller le poulet 6 min environ, de chaque côté, en le salant et en le poivrant. Laissez refroidir, puis coupez-le en tranches fines. Dans la même poêle, faites fondre le beurre et faites-y dorer les tranches de brioche sur chaque face. Réservez.
3. Étalez une couche de sauce sur chaque tranche de brioche. Placez 2 feuilles de sucrine, des tranches de poulet, des copeaux de parmesan et des rondelles de câprons. Refermez les sandwichs et servez aussitôt.

Notre conseil vin
Un saint-véran

Diplômée de l'école Ferrandi, Orathay Souksisavanh vous dévoile les secrets de la cuisine asiatique.

Curry de canette à l'ananas

Avis aux amateurs de saveurs douces sucrées-salées : ce plat, traditionnellement servi lors de grandes occasions en Thaïlande, mêle harmonieusement l'acidulé du fruit au goût typé de la canette rôtie.

Recette et stylisme **Orathay Souksisavanh.** Photos **Charlotte Lascève.**

Le basilic thaï, la pâte de curry rouge et la citronnelle se trouvent dans les épiceries asiatiques.

Pour une meilleure qualité, commandez les cuisses de canette chez votre boucher ou votre volailler.

Agrume très populaire en Asie, le combava est utilisé pour sa chair, mais aussi pour ses feuilles, qui apportent saveur et fraîcheur.

À l'achat, l'ananas doit peser lourd et dégager un intense parfum, gages de maturité.

Pour 4 à 6 personnes
Préparation : 20 min
Repos : 10 min **Cuisson :** 1 h 45

■ 4 cuisses de canette ■ 1 ananas moyen ■ 300 g de tomates cerise ■ 4 tiges de citronnelle ■ 15 feuilles de combava ■ 40-60 g de pâte de curry rouge (selon vos goûts) ■ 60 cl de lait de coco ■ 40 cl d'eau ■ 1 c. à soupe bombée de sucre complet ■ 5 c. à soupe de nuoc-mam ■ 1 bouquet de basilic thaï
Ustensile : 1 cocotte allant au four

1. Coupez la citronnelle en tronçons **(photo 1),** puis tapez-la avec le plat d'un grand couteau pour qu'elle puisse diffuser ses saveurs pendant la cuisson.
2. Chauffez une cocotte sur feu moyen. Déposez les cuisses de canette, côté peau dessous, et laissez dorer 12 à 15 min **(photo 2).** Débarrassez, jetez une partie du gras rendu. Préchauffez le four à 180 °C.
3. Faites revenir la pâte de curry et la citronnelle dans le gras des canettes restant pendant 2 min. Ajoutez les feuilles de combava **(photo 3).** Versez l'eau et le lait de coco. Ajoutez le sucre et le nuoc-mam. Déposez les cuisses de canette, côté peau vers le haut, et portez à ébullition. Couvrez, enfournez pour 1 h 30 de cuisson.
4. Pendant ce temps, épluchez l'ananas **(photo 4)** et coupez-le en quartiers puis en tranches et enfin en morceaux. Coupez les tomates cerise en deux. Lavez puis effeuillez le basilic thaï et réservez.
5. Au terme de la cuisson, la chair des canettes doit pouvoir se détacher à la fourchette. Si vous le souhaitez, dégraissez le curry en retirant la pellicule de gras à la surface à l'aide d'une louche.
6. Ajoutez les morceaux d'ananas et les demi-tomates cerise. Mélangez délicatement et laissez reposer 10 min dans le four éteint à couvert.
7. Au moment de servir, parsemez le curry des feuilles de basilic et accompagnez-le de riz blanc, par exemple.

Notre conseil vin
Un gewurztraminer

les Incontournables

Yogi Tea

La marque phare du rayon infusion ayurvédique vous propose cette recette en édition limitée, toujours en 100 % bio, qui rend hommage à Madagascar. En effet, vous allez découvrir dans cette recette un mélange unique de plantes et d'épices issues de l'agriculture de cette île étonnante. Les notes fruitées et acidulées de la mangue viennent s'adoucir au contact de la vanille de Madagascar. Comme Yogi Tea est détenu par une fondation à but non lucratif, l'enseigne a lié cette recette à un projet social de reforestation de Madagascar. Lorsque vous achetez une boîte de Yogi Tea, 60 % des bénéfices sont investis dans des projets humanitaires de ce type, et 40 % sont réinvestis dans l'entreprise pour ses besoins de fonctionnement. Un cercle vertueux qui permet d'offrir aux consommateurs la meilleure qualité!

www.yogitea.com/fr

Thés glacés Alain Milliat,

la fraîcheur du fruit des boissons bio, sans arômes ajoutés, faibles en calories et made in France

La maison Alain Milliat présente ses dernières créations: les Thés glacés, une expérience gustative rafraîchissante pour l'été. Travaillés à partir de feuilles entières de thé vert sencha du Hunan, ils offrent une harmonie parfaite entre puissance aromatique, légèreté et naturalité.
Thé glacé citron menthe (19 kcal/100 ml), 25 cl, 3,50 €; 75 cl, 6,95 €.
Thé glacé mangue passion (18 kcal/100 ml) 25 cl, 3,50 €.

Le Pratique propose le nouveau kit de mise sous vide 2 en 1

Pour conserver ses aliments plus longtemps, il suffit de les mettre sous vide! En privant d'oxygène les bactéries et les enzymes qu'ils contiennent, on freine ainsi considérablement le processus de dégradation. C'est simple, rapide, naturel, et cela permet non seulement de limiter le gaspillage, mais aussi de faire des économies, de manger plus sainement et de gagner du temps!

Kit de mise sous vide 2 en 1, Le Pratique X Airtender, 29,90 €.
www.le-pratique.fr

Phoenicia

Phoenicia met à l'honneur une huile d'olive biologique, vierge extra de Tunisie, terre d'oliviers introduits par les Phéniciens qui ont notamment fondé la cité de Carthage, ville portuaire de l'actuelle Tunisie. Conçue à partir d'un cahier des charges exigeant, de la cueillette à la mise en bouteille, elle vise un taux d'acidité inférieur à 0,3 %, mono-variétale ou duo-variétale. Découvrez une huile d'olive d'exception qui se décline en trois fruités: doux, moyen, intense, en fonction de la période de la cueillette. Avec Phoenicia Heritage, faites voyager vos papilles dans l'espace et dans le temps.

À retrouver sur
phoeniciaheritage.com

NOS 62 RECETTES *pour se faire plaisir*

ENTRÉES

V Artichauts poivrade frits à la juive et sauce au yaourt citronnée ..... p. 75
Bisque de crevettes, croûtons et chantilly au sésame .. p. 47
Bouchées de poivron grillé aux anchois ..... p. 109
V Crème de fenouil ..... p. 72
Fleurs de courgette en beignets, mousse de ricotta aux câprons ..... p. 115
Millefeuille de fenouil et saumon ..... p. 72
Minestrone de mini-boulettes de veau, épinards et petites pâtes ..... p. 75
Ravioles de crevettes, bouillon aux herbes ..... p. 50
V Salade croquante aux cacahuètes ..... p. 21
Salade de haricots verts croquants, sauce au tahini et aux câpres ..... p. 117
V Salade de haricots verts et concombre frappé ..... p. 80
V Salade d'orge perlé, carottes rôties aux orties ..... p. 94
V Soupe à la carotte ..... p. 78
V Soupe d'orties et œuf poché ..... p. 93

VIANDES

Blanquette de veau, version chef ..... p. 56
Blanquette de veau, version tradi ..... p. 56
Cuisses de poulet au citron, petits pois à la menthe..... p. 22
Curry de canette à l'ananas ..... p. 119
Échine de porc à la rhubarbe ..... p. 31
Filet mignon au miel et au guanciale, navets fanes ..... p. 76
Filet mignon de porc aux pommes et au fromage bleu... p. 29
Rôtis de blanc de poulet au pesto de tomates séchées et à la mozzarella ..... p. 35
Rôti de bœuf épicé en croûte croustillante..... p. 28
Rôti de magrets de canard au chutney d'oignons..... p. 30
Rôti de veau Orloff au bacon et au comté..... p. 33
Tartare de bœuf au couteau, courgettes, moutarde et câpres frites ..... p. 115

POISSONS & CRUSTACÉS

Bacalhau à Brás ..... p. 101
Brochettes de crevettes au saté, salade de poivrons grillés à l'ail et au gingembre..... p. 49
Crevettes crispy, salade de chou chinois aux cacahuètes, sauce aigre-douce ..... p. 51
Curry de crevettes et nouilles sautées aux champignons noirs ..... p. 48
Haddock et galettes de petits pois à la feta et à la menthe ..... p. 77
Pagre rose, arc-en-ciel de choux-fleurs, déclinaison de choux et sauce iodée..... p. 69
Pommes de terre rôties au paprika fumé, cabillaud croustillant ..... p. 23
Rôti de cabillaud farci aux petits pois, ricotta, tomates confites et speck..... p. 35
Rôti de saumon basse température au tartare d'algues et aux courgettes ..... p. 32
Rougets sauce vierge aux câprons et salade de fenouil et d'artichauts..... p. 116

LÉGUMES, ŒUFS & ACCOMPAGNEMENTS

V Wellington végétarien aux champignons, carottes, châtaignes, oignons et raisins secs ..... p. 34

PÂTES, RIZ & CÉRÉALES

Arroz de marisco ..... p. 104
V Gratin de tagliolinis au fenouil ..... p. 72
Linguine au pesto d'orties et aux crevettes..... p. 95
Salade de riz rouge au thon et caponata ..... p. 111

DESSERTS

Entremets aux cerises et au chocolat, feuillantine croustillante..... p. 25
Eton mess pistache-kiwi..... p. 24
Gâteau aux pommes sans beurre ..... p. 78
Gâteau basque à la rhubarbe et aux pommes ..... p. 59
Mini-cakes à la semoule de maïs, aux amandes et aux framboises..... p. 113
Pancakes aux orties ..... p. 96
Pannacottas vanille et rhubarbe confite..... p. 77

QUICHES, PAINS & BOUCHÉES SALÉES

Bruschettas au fromage frais, aux orties et au saumon fumé..... p. 96
V Bruschettas de houmous de petits pois et œufs mollets..... p. 82
V Chaussons aux épinards, pignons de pin et brocciu ..... p. 20
Focaccia à la tomme et au chorizo..... p. 63
Focaccia aux oignons rouges et au citron ..... p. 64
Focaccia aux tomates séchées, coppa et burrata ..... p. 61
V Foccacias au pesto et aux courgettes marinées ..... p. 62
V Focaccine de petit épeautre aux fleurs de courgette..... p. 65
V Pão de queijo ..... p. 52
V Pâte à focaccia sans pétrissage..... p. 63
V Petits pains aux légumes grillés et au pesto de pistaches..... p. 110
Sandwich toasté façon Caesar, sauce aux câpres..... p. 117
V Tarte fine et croquante aux courgettes et aux oignons .. p. 112

BOISSONS & AUTRES

V Pesto amandes-roquette..... p. 78

V : recette végétarienne

CARNET D'ADRESSES

NEWS p. 6

Auchan. www.auchan.fr
Déglon. deglon.fr
Hydromel Fleurs de Litchi, Bulles de Ruche. En vente aux Galeries Lafayette, au BHV Marais, à La Grande Épicerie de Paris et sur la boutique en ligne : bullesderuche.fr
Kitchenaid. www.kitchenaid.fr
Le Guérandais. www.leguerandais.fr/fr
Mouton Cadet. www.moutoncadet.com
Zwiesel. www.zwiesel-glas.com/fr

RESTOS ET BISTROTS p. 10

La Table des Chefs, 31, rue du Champ-de-Mars, 51100 Reims. www.mumm.com/fr-fr/la-table-des-chefs-mumm/
Misu. 8 bis, rue Falguière, 75015 Paris. Tél. : 09 78 80 65 09. @misu.paris
Ro'cha. 165, avenue d'Eysines, 33110 Le Bouscat. Tél. : 05 57 65 15 29. www.rocha-restaurant.fr

INNOVATIONS p. 14

Braun. fr.braun.com
Eno. www.eno.fr
Napoleon. www.napoleon.com/fr/fr/barbecues
Ofyr. www.ofyr.fr
Weber. www.weber.com

ART DE VIVRE p. 16

&Klevering. klevering.com
Apaches Collections. www.apaches-collections.fr
Côté Table. www.cote-table.com
La Maïastra. lamaiastra.com
Monoprix. www.monoprix.fr
Popolo. www.popolo.fr
Sema Design. www.semadesign.fr

GOURMET p. 26

David Gallienne :
Corner Label Broche. Galeries Lafayette, Le Gourmet, 35, bd Haussmann, 75009 Paris.
Le Jardin des Plumes. 1, rue du Milieu, 27620 Giverny. Tél. : 02 32 54 26 35. jardindesplumes.fr
Oscar. Musée des Impressionnismes, 99, rue Claude-Monet, 27620 Giverny. Tél. : 02 32 51 94 65. oscargiverny.com
Valentine Davase :
Brasserie des Arts. 28, rue Saint-André-des-Arts, 75006 Paris. Tél. 01 81 70 45 70.
Le Réfectoire. le-refectoire.com

FLACONS CHOISIS p. 36

Beaumont des Crayères. www.champagne-beaumont.com
Besserat de Bellefon. www.besseratdebellefon.com
Castelnau. www.champagne-castelnau.fr
De Saint-Gall. laboutique.de-saint-gall.com
Devaux. www.champagne-devaux.fr
Duval-Leroy. www.duval-leroy.store
En vente au Repaire de Bacchus. www.lerepairedebacchus.com
EPC. epc-champagne.com
G.H. Mumm. www.mumm.com
Gosset. www.champagne-gosset.com
Henriot. www.champagne-henriot.com
Jacquart. www.champagne-jacquart.com
Joseph Perrier. www.josephperrier.com
Lanson. www.lanson.com
Laurent Lequart. Tél. : 06 10 04 57 87. l.lequart@champagnelaurentlequart.fr
Lilbert-Fils. www.champagne-lilbert.com
Mailly Grand Cru. www.champagne-mailly.com
Montaudon. champagnemontaudon.com
Nicolas Feuillatte. www.nicolas-feuillatte.com
Octave Goussard. champagne.octave.goussard@gmail.com www.champagnedevignerons.fr
Palmer & Co. www.champagne-palmer.fr
Paul Goerg. champagne-goerg.com
Perrier-Jouët. www.perrier-jouet.com/fr-fr
Ruinart. www.ruinart.com
Taittinger. www.taittinger.com
Veuve Clicquot. www.veuveclicquot.com
Vranken. www.champagnevranken.com

PORTRAIT DE VIGNERON p. 42

Domaine des Grabottes. 124, route des Collonges, 69630 Chaponost. Tél. : 06 03 90 12 51.

PORTRAIT DE TALENT p. 66

Oxte. 5, rue Troyon, 75017 Paris. Tél. : 01 45 75 15 15. www.restaurant-oxte.com

LE HAUT DU PANIER p. 88

Charcuterie Cottereau. 40, avenue Léonard-de-Vinci, 37400 Amboise. Tél. : 02 47 57 26 54. Fermé dimanche et lundi, et le vendredi matin.

VOYAGER p. 98

Nossa Churrasqueira. nossa-paris.com 147, bd de Charonne, 75011 Paris. Tél. : 01 44 59 82 27. Ouvert tous les jours.
1, rue de l'École-Polytechnique, 75005 Paris. Tél. : 09 53 67 93 86. Ouvert tous les jours.

L'ITALIE DE LAURA p. 108

Eataly (épicerie italienne). 37, rue Sainte-Croix-de-la-Bretonnerie, 75004 Paris. eataly.fr
Laura Zavan. www.laurazavan.com

Prochain numéro en kiosque le 31 mai.

SAVEURS

LE MAGAZINE DE L'ART DE VIVRE GOURMAND

Une publication des Éditions Hubert Burda Media.

PRÉSIDENT DE LA SOCIÉTÉ ET DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : Sébastien Petit

SERVICE ABONNEMENTS

Mail : abo@burdableu.fr
Courrier : Samebox - EHBM. 3, rue du Pont-de-l'Arche, 37550 Saint-Avertin. Tél. : 09 88 99 47 63.
Du lundi au vendredi, de 9 h 30 à 17 h 30.

POUR S'ABONNER EN LIGNE ET COMMANDER D'ANCIENS NUMÉROS

www.abonnementmag.fr

INFORMATIONS LECTEURS

Tél. : 01 53 63 10 53. saveurs@editions-burda.fr

RÉDACTION

5, rue Barbès, 92120 Montrouge
Pour envoyer un mail, tapez prenom.nom@editions-burda.fr
Pour joindre l'assistante de la rédaction, composez le 01 53 63 10 53.

DIRECTRICE DE LA RÉDACTION : Carole Garnier
DIRECTEUR ARTISTIQUE : Vincent Meyrier
PREMIÈRE SECRÉTAIRE DE RÉDACTION : Marine Labrune
SECRÉTAIRES DE RÉDACTION : Laurence Chabrun, Olivier Farfal
ASSISTANTE DE LA RÉDACTION : Myriam Burtez
CONSEILS VINS : Olivier Farfal

PÔLE MARKETING

DIRECTRICE DU DÉVELOPPEMENT : Sophie Blond
RESPONSABLE MARKETING MEDIA : Vanessa Lengrand (vanessa.lengrand@nuitetjour.fr)
SOCIAL MEDIA MANAGER : Marine Delage (marine.delage@burdableu.fr)

RÉGIE PUBLICITAIRE FRANCE

MEDIAOBS
44, rue Notre-Dame-des-Victoires, 75002 Paris
Tél. : 01 44 88 97 70. Fax : 01 44 88 97 79.
Pour joindre votre correspondant, composez le 01 44 88 suivi des 4 derniers chiffres.

Pour envoyer un mail, tapez pnom@mediaobs.com
DIRECTRICE GÉNÉRALE : Corinne Rougé (93 70)
DIRECTRICE COMMERCIALE : Sandrine Kirchthaler (89 22)
DIRECTRICE DU PÔLE FOOD : Alexandra Horsin (89 12)
DIRECTEUR DE PUBLICITÉ : Jean-Benoît Robert (97 79)
HUB DIGITAL : Baptiste Mirande (89 06)
CHEF DE STUDIO : Émilien Rignols (89 05)
EXÉCUTION/TECHNIQUE : Brune Provost (89 13)
COMPTABILITÉ/GESTION : Catherine Fernandès (89 20)

ADMINISTRATION

DIRECTRICE DES VENTES : Fanny Philipp
GRAVURE COUVERTURE : RVB Photogravure, 5, rue Descartes, 92120 Montrouge
IMPRESSION : Roto France Impression, 25, rue de la Maison-Rouge, ZAC du Mandinet, 77185 Lognes, France
VENTE AU NUMÉRO : MLP

PROVENANCE DU PAPIER : Finlande, Autriche
TAUX DE FIBRES RECYCLÉES : 35,84 %
IMPACT DU PHOSPHORE SUR L'EAU : Ptot 0,003 kg/tonne (intérieur) et Ptot 0,011 kg/tonne (couverture)

Saveurs est édité par la société Éditions Hubert Burda Media S.A.S. Paris. 5, rue Barbès, 92120 Montrouge. Au capital de 250 000 €. RCS : Paris B 484 026 067. N° identifiant unique : FR233823_01XTIY. Parution : 10 numéros par an. La reproduction même partielle des articles et illustrations parus dans *Saveurs* est interdite. La rédaction n'est pas responsable des textes et photos communiqués. APE 221 E. ISSN 0998-4623. Imprimé en France. Distribution : MLP. Commission paritaire : 0626 K 86782. Dépôt légal : avril 2024.

RCS Nanterre 399 315 613 le nouveau bélier ©PHOTO STÉPHANE DE BOURGIES

Palmer & Co

CHAMPAGNE

Élaborer des cuvées qui vous accompagnent tout au long d'un repas.
Révéler la richesse de nos grands terroirs, trouver le bon accord,
atteindre l'*équilibre parfait*, c'est aussi une histoire d'assemblage.

XAVIER BERDIN, CHEF DE CAVE

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, CONSOMMEZ AVEC MODÉRATION